

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-21 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>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 1 pl. 15g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zrazy wieprz. mielone dusz. 110g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pieczen. 80g (<i>GLU</i>), Kasza jęczmienna got. 140g (<i>GLU</i>), Surówka z białej kap. z koperkiem 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>), Pasta z lososia łag. 1szt (<i>GLU, RYB, MLE</i>), Filet kruchy 2 pl. 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2920.26 kcal; Białko ogółem: 113.56 g; Tłuszcz: 122.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.95 g; Węglowodny przyswajalne: 326.83 g; suma cukrów prostych: 37.49 g; Sól: 11.12 g; Sód: 3897.12 mg; Błonnik pokarmowy: 26.70 g;

sobota 2026-02-21 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>), Przymak z fileta 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.83 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; Węglowodny przyswajalne: 287.94 g; suma cukrów prostych: 56.78 g; Sól: 6.73 g; Sód: 2688.28 mg; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

sobota 2026-02-21 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>), Przymak z fileta 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.83 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; Węglowodny przyswajalne: 287.94 g; suma cukrów prostych: 56.78 g; Sól: 6.73 g; Sód: 2688.28 mg; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

sobota 2026-02-21 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Przymak z fileta 3 pl. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z kon. pom. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt , Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (<i>GLU</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.74 kcal; Białko ogółem: 83.13 g; Tłuszcz: 65.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.13 g; Węglowodny przyswajalne: 309.80 g; suma cukrów prostych: 36.25 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2701.37 mg; Błonnik pokarmowy: 29.56 g;

sobota 2026-02-21 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>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Kasza jęczmienna got. 140g (<i>GLU</i>), Surówka z białej kap. z koperkiem 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>), Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Przymak z fileta 1 pl. 15g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>),		Posiłek nocny: Wafle ryż. wielozłaziste 2szt , Filet kruchy 1 pl. 20g (<i>SOJ</i>), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2893.63 kcal; Białko ogółem: 139.62 g; Tłuszcz: 104.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.95 g; Węglowodny przyswajalne: 333.51 g; suma cukrów prostych: 55.48 g; Sól: 11.43 g; Sód: 4039.86 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-02-21		Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2443.23 kcal; Białko ogółem: 114.22 g; Tłuszcz: 80.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.31 g; Węglowodny przyswajalne: 302.54 g; suma cukrów prostych: 58.30 g; Sól: 7.04 g; Sód: 2811.48 mg; Błonnik pokarmowy: 31.33 g;

sobota 2026-02-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 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>), Przymak z fileta 3 pl. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 380g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 4 pl. 65g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2777.48 kcal; Białko ogółem: 149.75 g; Tłuszcz: 100.02 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.22 g; Węglowodny przyswajalne: 310.48 g; suma cukrów prostych: 65.06 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3117.66 mg; Błonnik pokarmowy: 24.94 g;

sobota 2026-02-21		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 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 ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 380g , Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Dżem 1szt , Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2695.18 kcal; Białko ogółem: 142.61 g; Tłuszcz: 102.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.82 g; Węglowodny przyswajalne: 292.57 g; suma cukrów prostych: 84.58 g; Sól: 6.06 g; Sód: 2418.95 mg; Błonnik pokarmowy: 23.74 g;

sobota 2026-02-21		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z 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;

sobota 2026-02-21		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Dżem 1szt , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2364.83 kcal; Białko ogółem: 113.74 g; Tłuszcz: 79.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; Węglowodny przyswajalne: 287.94 g; suma cukrów prostych: 56.78 g; Sól: 6.73 g; Sód: 2688.28 mg; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Sałatka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Kotlet schabowy panier.smaż. 1 szt. 120g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Kalaflor 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), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2712.14 kcal; Białko ogółem: 96.75 g; Tłuszcz: 126.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.51 g; Węglowodny przyswajalne: 280.11 g; suma cukrów prostych: 47.74 g; Sól: 8.25 g; Sód: 3289.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.89 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; Węglowodny przyswajalne: 246.20 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Sól: 7.30 g; Sód: 2912.43 mg; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z młkiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 35g, Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.89 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; Węglowodny przyswajalne: 246.20 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Sól: 7.30 g; Sód: 2912.43 mg; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkowa luks 4 pl. 60g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem bezml. 300g (GLU, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1953.46 kcal; Białko ogółem: 77.31 g; Tłuszcz: 66.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.34 g; Węglowodny przyswajalne: 247.81 g; suma cukrów prostych: 46.73 g; Sól: 7.82 g; Sód: 3127.10 mg; Błonnik pokarmowy: 27.61 g;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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), Serek Capresi 1szt (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 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), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynkowa luks. 1 pl. 15g (GLU, SOJ, GOR),	Posiłek nocny: Skyr serek nat. 1szt (MLE), Zupa ml. z kaszą manna-kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2622.31 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 94.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.82 g; Węglowodny przyswajalne: 299.54 g; suma cukrów prostych: 67.05 g; Sól: 9.45 g; Sód: 3678.71 mg; Błonnik pokarmowy: 33.43 g;

niedziela 2026-02-22 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Schab mielony z jarzynami 180g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2112.29 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 73.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.76 g; Węglowodny przyswajalne: 260.80 g; suma cukrów prostych: 60.15 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3035.63 mg; Błonnik pokarmowy: 30.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-02-22			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 Tartare mini 1szt, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),		Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 2 szt. 200g (<i>GLU, 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>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2550.76 kcal; Białko ogółem: 116.38 g; Tłuszcz: 102.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.65 g; Węglowodny przyswajalne: 278.52 g; suma cukrów prostych: 69.06 g; Sól: 8.09 g; Sód: 3225.94 mg; Błonnik pokarmowy: 25.71 g;

niedziela 2026-02-22			Jadłospis dla diety: Papkowata		
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>), 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>), Bitki ze schabu dusz. z warz. 1 szt. 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,		Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2588.04 kcal; Białko ogółem: 122.61 g; Tłuszcz: 102.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.32 g; Węglowodny przyswajalne: 281.11 g; suma cukrów prostych: 89.66 g; Sól: 5.19 g; Sód: 2067.57 mg; Błonnik pokarmowy: 26.79 g;

niedziela 2026-02-22			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 ze schabem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),		Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

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 2026-02-22			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie 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. 3 pl. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,		Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>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>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2033.89 kcal; Białko ogółem: 86.49 g; Tłuszcz: 73.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.67 g; Węglowodny przyswajalne: 246.20 g; suma cukrów prostych: 58.63 g; Sól: 7.30 g; Sód: 2912.43 mg; Błonnik pokarmowy: 23.24 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Majonez 1szt (<i>JAJ, GOR</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z ogórka kisz. 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>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2675.73 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 99.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.76 g; Węglowodny przyswajalne: 322.81 g; suma cukrów prostych: 86.32 g; Sól: 9.01 g; Sód: 3593.24 mg; Błonnik pokarmowy: 34.28 g;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, 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>), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2575.93 kcal; Białko ogółem: 103.09 g; Tłuszcz: 89.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.97 g; Węglowodny przyswajalne: 325.95 g; suma cukrów prostych: 94.08 g; Sól: 6.46 g; Sód: 2573.19 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, 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>), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.13 kcal; Białko ogółem: 100.35 g; Tłuszcz: 87.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.40 g; Węglowodny przyswajalne: 345.70 g; suma cukrów prostych: 94.58 g; Sól: 6.54 g; Sód: 2602.70 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. bezml. 1 por. 220g (<i>GLU, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Dżem 1szt, Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2500.14 kcal; Białko ogółem: 80.95 g; Tłuszcz: 83.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.96 g; Węglowodny przyswajalne: 338.90 g; suma cukrów prostych: 79.86 g; Sól: 6.71 g; Sód: 2678.68 mg; Błonnik pokarmowy: 32.98 g;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z ogórka kisz. 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Kiel. zielonogórska 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt, Zupa ml. z pł. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2880.61 kcal; Białko ogółem: 126.07 g; Tłuszcz: 105.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.77 g; Węglowodny przyswajalne: 335.54 g; suma cukrów prostych: 75.51 g; Sól: 11.57 g; Sód: 4615.67 mg; Błonnik pokarmowy: 41.10 g;

poniedziałek 2026-02-23 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, 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>), Dżem 1szt, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2651.93 kcal; Białko ogółem: 100.51 g; Tłuszcz: 87.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; Węglowodny przyswajalne: 349.28 g; suma cukrów prostych: 95.42 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2690.70 mg; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-02-23		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3212.42 kcal; Białko ogółem: 145.99 g; Tłuszcz: 119.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.59 g; Węglowodny przyswajalne: 374.07 g; suma cukrów prostych: 109.43 g; Sól: 8.24 g; Sód: 3281.96 mg; Błonnik pokarmowy: 32.73 g;

poniedziałek 2026-02-23		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3067.71 kcal; Białko ogółem: 140.08 g; Tłuszcz: 114.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.67 g; Węglowodny przyswajalne: 353.55 g; suma cukrów prostych: 121.70 g; Sól: 5.80 g; Sód: 2309.04 mg; Błonnik pokarmowy: 35.55 g;

poniedziałek 2026-02-23		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z 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;

poniedziałek 2026-02-23		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2609.16 kcal; Białko ogółem: 104.37 g; Tłuszcz: 89.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.06 g; Węglowodny przyswajalne: 331.06 g; suma cukrów prostych: 88.73 g; Sól: 6.57 g; Sód: 2617.35 mg; Błonnik pokarmowy: 29.52 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Pieczeń rzymska 2 pl. 40g (GLU, JAJ, SOJ, GOR), Schab na kartki 2 pl. 35g, Salata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa grochowa 300g (GLU, SEL), Pierogi leniwe got. 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser topiony trójkąt 2szt (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2549.81 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 81.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.91 g; Węglowodny przyswajalne: 335.50 g; suma cukrów prostych: 47.99 g; Sól: 7.70 g; Sód: 2474.71 mg; Błonnik pokarmowy: 37.35 g;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.59 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.64 g; Węglowodny przyswajalne: 268.72 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2610.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g, Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.59 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.64 g; Węglowodny przyswajalne: 268.72 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2610.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos jarzyn. bezml. 80g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1997.03 kcal; Białko ogółem: 83.59 g; Tłuszcz: 57.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.83 g; Węglowodny przyswajalne: 269.72 g; suma cukrów prostych: 58.04 g; Sól: 6.62 g; Sód: 2639.31 mg; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jabłko pieczone 1szt, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z march. i jabł. 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Schab na kartki 1 pl. 15g,	Posiłek nocny: Kefir naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2424.91 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.56 g; Węglowodny przyswajalne: 316.86 g; suma cukrów prostych: 67.69 g; Sól: 9.34 g; Sód: 3124.49 mg; Błonnik pokarmowy: 33.28 g;

wtorek 2026-02-24 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2077.44 kcal; Białko ogółem: 93.20 g; Tłuszcz: 59.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.73 g; Węglowodny przyswajalne: 275.01 g; suma cukrów prostych: 70.87 g; Sól: 6.85 g; Sód: 2732.04 mg; Błonnik pokarmowy: 34.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-02-24			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>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 120g, Sos jarzyn. 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, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.78 kcal; Białko ogółem: 124.32 g; Tłuszcz: 64.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.49 g; Węglowodny przyswajalne: 283.14 g; suma cukrów prostych: 77.61 g; Sól: 7.27 g; Sód: 2897.17 mg; Błonnik pokarmowy: 28.36 g;

wtorek 2026-02-24			Jadłospis dla diety: Papkowata		
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>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 120g, Ziemniaki got. 250g, 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]: 2220.50 kcal; Białko ogółem: 124.17 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; Węglowodny przyswajalne: 260.69 g; suma cukrów prostych: 86.48 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1938.13 mg; Błonnik pokarmowy: 21.71 g;

wtorek 2026-02-24			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 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;

wtorek 2026-02-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie 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>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Ziemniaki got. 250g, Buraczki 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>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.59 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 58.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.64 g; Węglowodny przyswajalne: 268.72 g; suma cukrów prostych: 75.01 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2610.79 mg; Błonnik pokarmowy: 26.54 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serdelek 1szt, Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Ogórek kons. 100g, Keczup 1szt,	Zupa ogórkowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Stek drob. smaż. z cebulką 110g (<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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2714.82 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 129.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.58 g; Węglowodny przyswajalne: 276.02 g; suma cukrów prostych: 51.25 g; Sól: 12.30 g; Sód: 4849.40 mg; Błonnik pokarmowy: 31.93 g;

środa 2026-02-25 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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.35 kcal; Białko ogółem: 116.90 g; Tłuszcz: 68.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.76 g; Węglowodny przyswajalne: 275.34 g; suma cukrów prostych: 74.40 g; Sól: 8.31 g; Sód: 3323.56 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2026-02-25 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.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), 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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2231.95 kcal; Białko ogółem: 117.08 g; Tłuszcz: 67.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.79 g; Węglowodny przyswajalne: 275.87 g; suma cukrów prostych: 74.40 g; Sól: 8.48 g; Sód: 3389.82 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

środa 2026-02-25 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kiel.szyn.wyborna 3 pl. 50g (<i>SOJ, GOR</i>), 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, Szynka konserw. 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1802.18 kcal; Białko ogółem: 67.27 g; Tłuszcz: 48.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.93 g; Węglowodny przyswajalne: 256.44 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Sól: 7.06 g; Sód: 2824.34 mg; Błonnik pokarmowy: 33.82 g;

środa 2026-02-25 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.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</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>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynka 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.szyn.wyborna 1 pl. 15g (<i>SOJ, GOR</i>),	Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2692.21 kcal; Białko ogółem: 127.93 g; Tłuszcz: 87.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.98 g; Węglowodny przyswajalne: 327.91 g; suma cukrów prostych: 84.92 g; Sól: 10.13 g; Sód: 4049.22 mg; Błonnik pokarmowy: 42.70 g;

środa 2026-02-25 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.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), 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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.55 kcal; Białko ogółem: 117.40 g; Tłuszcz: 68.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.89 g; Węglowodny przyswajalne: 283.03 g; suma cukrów prostych: 76.08 g; Sól: 8.92 g; Sód: 3565.82 mg; Błonnik pokarmowy: 37.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-02-25			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.szyn.wyborna 3 pl. 50g (<i>SOJ, GOR</i>), 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, 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, Dżem 1szt, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2655.26 kcal; Białko ogółem: 152.08 g; Tłuszcz: 81.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.80 g; Węglowodny przyswajalne: 314.48 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Sól: 10.29 g; Sód: 4113.04 mg; Błonnik pokarmowy: 32.08 g;

środa 2026-02-25			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, Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,		Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2226.95 kcal; Białko ogółem: 109.95 g; Tłuszcz: 82.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.64 g; Węglowodny przyswajalne: 246.91 g; suma cukrów prostych: 96.05 g; Sól: 4.87 g; Sód: 1943.20 mg; Błonnik pokarmowy: 33.01 g;

środa 2026-02-25			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;

środa 2026-02-25			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.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), 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, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2246.35 kcal; Białko ogółem: 119.46 g; Tłuszcz: 67.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; Węglowodny przyswajalne: 276.08 g; suma cukrów prostych: 74.40 g; Sól: 8.80 g; Sód: 3517.98 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-26 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. 2 pl. 35g (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), Pastela 1szt (JAJ, RYB, SEL, GOR), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Ogórek zielony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2687.57 kcal; Białko ogółem: 90.42 g; Tłuszcz: 136.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.95 g; Węglowodny przyswajalne: 257.35 g; suma cukrów prostych: 36.91 g; Sól: 8.39 g; Sód: 2804.53 mg; Błonnik pokarmowy: 27.41 g;

czwartek 2026-02-26 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), Pomidor 120g , Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , 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: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.35 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.05 g; Węglowodny przyswajalne: 256.88 g; suma cukrów prostych: 48.45 g; Sól: 10.04 g; Sód: 4003.94 mg; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

czwartek 2026-02-26 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 wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , 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: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.35 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.05 g; Węglowodny przyswajalne: 256.88 g; suma cukrów prostych: 48.45 g; Sól: 10.04 g; Sód: 4003.94 mg; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

czwartek 2026-02-26 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 wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. bezml. 80g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g , Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.00 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 83.16 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.79 g; Węglowodny przyswajalne: 251.39 g; suma cukrów prostych: 35.78 g; Sól: 7.36 g; Sód: 2933.47 mg; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;

czwartek 2026-02-26 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. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g , Roszponka 35g ,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, 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: Skyr serek nat. 1szt (MLE), Zupa ml. z ryżem - kol 200g (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2676.54 kcal; Białko ogółem: 134.82 g; Tłuszcz: 101.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.58 g; Węglowodny przyswajalne: 286.86 g; suma cukrów prostych: 47.40 g; Sól: 9.79 g; Sód: 3334.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.75 g;

czwartek 2026-02-26 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 wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (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), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2245.45 kcal; Białko ogółem: 116.31 g; Tłuszcz: 85.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.85 g; Węglowodny przyswajalne: 249.91 g; suma cukrów prostych: 50.16 g; Sól: 10.31 g; Sód: 4110.34 mg; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;

czwartek 2026-02-26 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), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Roszponka 35g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g, Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2628.47 kcal; Białko ogółem: 151.26 g; Tłuszcz: 108.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 64.97 g; Węglowodny przyswajalne: 265.67 g; suma cukrów prostych: 57.02 g; Sól: 11.23 g; Sód: 4480.50 mg; Błonnik pokarmowy: 23.79 g;

czwartek 2026-02-26 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, Pomidor 120g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 300g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.02 kcal; Białko ogółem: 123.64 g; Tłuszcz: 103.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.64 g; Węglowodny przyswajalne: 213.43 g; suma cukrów prostych: 79.28 g; Sól: 3.81 g; Sód: 1513.20 mg; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

czwartek 2026-02-26 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z udem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza z udem got. 500g (GLU, MLE, SEL), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

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 2026-02-26 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), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa wiedeńska 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, 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: Jogurt owocowy 1szt (MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.35 kcal; Białko ogółem: 121.00 g; Tłuszcz: 88.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 59.05 g; Węglowodny przyswajalne: 256.88 g; suma cukrów prostych: 48.45 g; Sól: 10.04 g; Sód: 4003.94 mg; Błonnik pokarmowy: 22.07 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-27 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>), Filet rybny smaż. panier. 1 por. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z kiszzonej kapusty 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>), Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2842.70 kcal; Białko ogółem: 110.49 g; Tłuszcz: 106.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.07 g; Węglowodny przyswajalne: 340.24 g; suma cukrów prostych: 75.11 g; Sól: 8.61 g; Sód: 3239.17 mg; Błonnik pokarmowy: 40.68 g;

piątek 2026-02-27 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>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Miód 1szt , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.42 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; Węglowodny przyswajalne: 346.92 g; suma cukrów prostych: 99.11 g; Sól: 5.27 g; Sód: 2104.52 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

piątek 2026-02-27 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>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2459.51 kcal; Białko ogółem: 103.31 g; Tłuszcz: 68.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.91 g; Węglowodny przyswajalne: 346.81 g; suma cukrów prostych: 99.11 g; Sól: 5.36 g; Sód: 2141.39 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

piątek 2026-02-27 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 , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynkowa dęb. 3 pl. 50g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2013.94 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 50.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.50 g; Węglowodny przyswajalne: 298.34 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Sól: 6.15 g; Sód: 2457.37 mg; Błonnik pokarmowy: 32.57 g;

piątek 2026-02-27 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 kiszzonej kapusty 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>), Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , 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 naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2636.28 kcal; Białko ogółem: 116.20 g; Tłuszcz: 99.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 51.68 g; Węglowodny przyswajalne: 303.16 g; suma cukrów prostych: 67.53 g; Sól: 9.32 g; Sód: 3725.80 mg; Błonnik pokarmowy: 38.45 g;

piątek 2026-02-27 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>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.91 kcal; Białko ogółem: 103.79 g; Tłuszcz: 68.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.00 g; Węglowodny przyswajalne: 361.41 g; suma cukrów prostych: 100.63 g; Sól: 5.67 g; Sód: 2264.59 mg; Błonnik pokarmowy: 28.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-02-27			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>), Szynkowa dęb. 3 pl. 50g , Miód 1szt , Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3417.21 kcal; Białko ogółem: 157.65 g; Tłuszcz: 97.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.63 g; Węglowodny przyswajalne: 465.81 g; suma cukrów prostych: 127.99 g; Sól: 6.23 g; Sód: 2491.22 mg; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

piątek 2026-02-27			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. 2 por. 120g , Ziemniaki puree 250g (<i>MLE</i>), Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Papka kolacja 500g , Herbata 200g , Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>),			
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2305.38 kcal; Białko ogółem: 136.44 g; Tłuszcz: 79.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.75 g; Węglowodny przyswajalne: 247.73 g; suma cukrów prostych: 108.89 g; Sól: 4.13 g; Sód: 1648.77 mg; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;

piątek 2026-02-27			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 2026-02-27			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>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2503.42 kcal; Białko ogółem: 105.97 g; Tłuszcz: 71.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; Węglowodny przyswajalne: 346.92 g; suma cukrów prostych: 99.11 g; Sól: 5.27 g; Sód: 2104.52 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-28 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 - plastry 2szt (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Ogórek kons. 100g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2558.32 kcal; Białko ogółem: 99.32 g; Tłuszcz: 94.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.42 g; Węglowodny przyswajalne: 312.46 g; suma cukrów prostych: 43.69 g; Sól: 10.53 g; Sód: 4207.96 mg; Błonnik pokarmowy: 33.04 g;

sobota 2026-02-28 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), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.47 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g; Węglowodny przyswajalne: 291.44 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2992.82 mg; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

sobota 2026-02-28 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), Salata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.47 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g; Węglowodny przyswajalne: 291.44 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2992.82 mg; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

sobota 2026-02-28 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), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos jarzyn. bezml. 80g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g , Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Indyk z pasieki 1 pl. 20g , Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (GLU), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2129.73 kcal; Białko ogółem: 71.60 g; Tłuszcz: 66.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.19 g; Węglowodny przyswajalne: 295.29 g; suma cukrów prostych: 37.00 g; Sól: 7.44 g; Sód: 2974.28 mg; Błonnik pokarmowy: 32.33 g;

sobota 2026-02-28 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), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g , Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Pomarańcza - pół 1Por , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g , Szynkowa luks. 1 pl. 15g (GLU, SOJ, GOR),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.23 kcal; Białko ogółem: 125.28 g; Tłuszcz: 98.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.39 g; Węglowodny przyswajalne: 328.28 g; suma cukrów prostych: 68.42 g; Sól: 8.89 g; Sód: 3552.73 mg; Błonnik pokarmowy: 40.96 g;

sobota 2026-02-28 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Salata mix 35g ,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g , Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g , Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2411.87 kcal; Białko ogółem: 103.86 g; Tłuszcz: 79.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.10 g; Węglowodny przyswajalne: 306.04 g; suma cukrów prostych: 44.27 g; Sól: 7.80 g; Sód: 3116.02 mg; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

sobota 2026-02-28 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), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 2 por. 180g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2592.12 kcal; Białko ogółem: 125.83 g; Tłuszcz: 88.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.07 g; Węglowodny przyswajalne: 314.15 g; suma cukrów prostych: 51.15 g; Sól: 8.28 g; Sód: 3310.28 mg; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;

sobota 2026-02-28 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), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 180g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2542.33 kcal; Białko ogółem: 125.37 g; Tłuszcz: 87.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.17 g; Węglowodny przyswajalne: 305.12 g; suma cukrów prostych: 70.16 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2816.93 mg; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

sobota 2026-02-28 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 2026-02-28 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), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.47 kcal; Białko ogółem: 103.38 g; Tłuszcz: 79.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.01 g; Węglowodny przyswajalne: 291.44 g; suma cukrów prostych: 42.75 g; Sól: 7.49 g; Sód: 2992.82 mg; Błonnik pokarmowy: 25.32 g;

Dietetyk

.....