

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb 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. zielonogórska 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g,	Rosół z makaronem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo pieczone 190g, 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>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2419.69 kcal; Białko ogółem: 104.95 g; Tłuszcz: 99.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.15 g; Węglowodny przyswajalne: 258.43 g; suma cukrów prostych: 46.14 g; Sól: 9.09 g; Sód: 3083.80 mg; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

środa 2026-01-21 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>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.32 kcal; Białko ogółem: 126.08 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.00 g; Węglowodny przyswajalne: 271.47 g; suma cukrów prostych: 71.06 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3218.56 mg; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;

środa 2026-01-21 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>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. bezml. 80g (<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>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g, Dżem 1szt,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2421.32 kcal; Białko ogółem: 126.08 g; Tłuszcz: 86.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.00 g; Węglowodny przyswajalne: 271.47 g; suma cukrów prostych: 71.06 g; Sól: 8.05 g; Sód: 3218.56 mg; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;

środa 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb zwykły 3 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. bezml. 80g (<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, Szynekowa firm. 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.22 kcal; Białko ogółem: 84.02 g; Tłuszcz: 76.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.73 g; Węglowodny przyswajalne: 282.75 g; suma cukrów prostych: 51.78 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2743.09 mg; Błonnik pokarmowy: 31.01 g;

środa 2026-01-21 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 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. zielonogórska 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 190g, 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>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Mleko 200g (<i>MLE</i>), Margaryna 5g, Kiel. zielonogórska 1 pl. 15g,	Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa ml. z pl. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.18 kcal; Białko ogółem: 131.67 g; Tłuszcz: 113.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.88 g; Węglowodny przyswajalne: 318.16 g; suma cukrów prostych: 72.20 g; Sól: 10.26 g; Sód: 3620.74 mg; Błonnik pokarmowy: 31.59 g;

środa 2026-01-21 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. zielonogórska 2 pl. 35g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.92 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 87.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.11 g; Węglowodny przyswajalne: 278.63 g; suma cukrów prostych: 72.74 g; Sól: 8.49 g; Sód: 3394.56 mg; Błonnik pokarmowy: 34.67 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-21			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 3 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 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>), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),		Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2912.24 kcal; Białko ogółem: 162.34 g; Tłuszcz: 110.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.26 g; Węglowodny przyswajalne: 305.35 g; suma cukrów prostych: 80.14 g; Sól: 9.33 g; Sód: 3728.46 mg; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;

środa 2026-01-21			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 380g, Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,		Papka kolacja 500g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2407.48 kcal; Białko ogółem: 136.48 g; Tłuszcz: 104.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.47 g; Węglowodny przyswajalne: 220.35 g; suma cukrów prostych: 84.68 g; Sól: 3.80 g; Sód: 1516.68 mg; Błonnik pokarmowy: 24.57 g;

środa 2026-01-21			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,		Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza z udem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),		

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

środa 2026-01-21			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>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,		Chleb zwykły 3 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g, Dżem 1szt,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2470.92 kcal; Białko ogółem: 126.40 g; Tłuszcz: 87.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.04 g; Węglowodny przyswajalne: 282.49 g; suma cukrów prostych: 71.74 g; Sól: 8.14 g; Sód: 3253.76 mg; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Salátka jarzynowa 100g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 120g,	Zupa ogórkowa z ziem. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron spaghetti z sosem bolognese 400g (GLU, SEL), Salátka lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Serek fromage 1szt (MLE), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2899.48 kcal; Białko ogółem: 123.15 g; Tłuszcz: 119.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.08 g; Węglowodny przyswajalne: 316.92 g; suma cukrów prostych: 58.54 g; Sól: 12.82 g; Sód: 5039.27 mg; Błonnik pokarmowy: 32.96 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 3 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salátka lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.11 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.79 g; Węglowodny przyswajalne: 299.43 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Sól: 10.14 g; Sód: 4045.06 mg; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 3 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salátka lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.11 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.79 g; Węglowodny przyswajalne: 299.43 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Sól: 10.14 g; Sód: 4045.06 mg; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Chleb zwykły 3 kr. 120g (GLU), Margaryna 20g, Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Zupa warzywna 300g (SEL),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Salátka lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g, Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynka konserw. 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1856.51 kcal; Białko ogółem: 65.47 g; Tłuszcz: 57.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.83 g; Węglowodny przyswajalne: 255.33 g; suma cukrów prostych: 37.08 g; Sól: 7.09 g; Sód: 2824.33 mg; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salátka lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Szynka konserw. 2pl. 35g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 10g, Kiel.krak.parzona 1 pl. 15g, Mleko 200g (MLE),	Posiłek nocny: Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE), Serek wiejski 1szt (MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2671.17 kcal; Białko ogółem: 133.48 g; Tłuszcz: 102.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.98 g; Węglowodny przyswajalne: 287.48 g; suma cukrów prostych: 60.68 g; Sól: 13.91 g; Sód: 5548.94 mg; Błonnik pokarmowy: 32.74 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salátka lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.41 kcal; Białko ogółem: 94.33 g; Tłuszcz: 62.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.83 g; Węglowodny przyswajalne: 290.38 g; suma cukrów prostych: 49.39 g; Sól: 10.35 g; Sód: 4127.96 mg; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 3 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g, Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb zwykły 3 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2438.75 kcal; Białko ogółem: 119.64 g; Tłuszcz: 71.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.67 g; Węglowodny przyswajalne: 330.06 g; suma cukrów prostych: 57.51 g; Sól: 11.58 g; Sód: 4619.39 mg; Błonnik pokarmowy: 27.31 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Jablko 1 szt. 1Por,
		Posiłek nocny: Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1936.28 kcal; Białko ogółem: 95.91 g; Tłuszcz: 72.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.19 g; Węglowodny przyswajalne: 214.42 g; suma cukrów prostych: 71.54 g; Sól: 4.35 g; Sód: 1729.68 mg; Błonnik pokarmowy: 22.11 g;

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

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

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 3 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pietr. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2140.11 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 62.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 50.79 g; Węglowodny przyswajalne: 299.43 g; suma cukrów prostych: 57.67 g; Sól: 10.14 g; Sód: 4045.06 mg; Błonnik pokarmowy: 23.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-23 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,	Krupnik jaglany 300g (<i>SEL</i>), Filet rybny smaż. panier. 1 por. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z march. i jabł. 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>), Pasztet drob. 1szt (<i>GLU, SOJ</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2584.91 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 94.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.13 g; Węglowodny przyswajalne: 330.09 g; suma cukrów prostych: 63.82 g; Sól: 8.10 g; Sód: 2637.42 mg; Błonnik pokarmowy: 29.62 g;

piątek 2026-01-23 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,	Krupnik jaglany 300g (<i>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>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.58 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; Węglowodny przyswajalne: 324.06 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1919.65 mg; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;

piątek 2026-01-23 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,	Krupnik jaglany 300g (<i>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>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.68 kcal; Białko ogółem: 88.09 g; Tłuszcz: 71.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.22 g; Węglowodny przyswajalne: 323.94 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Sól: 5.90 g; Sód: 1956.53 mg; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;

piątek 2026-01-23 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 jaglany 300g (<i>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, Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2044.26 kcal; Białko ogółem: 76.53 g; Tłuszcz: 56.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.67 g; Węglowodny przyswajalne: 292.52 g; suma cukrów prostych: 53.28 g; Sól: 6.98 g; Sód: 2192.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.99 g;

piątek 2026-01-23 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,	Krupnik jaglany 300g (<i>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>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 2 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]: 2556.90 kcal; Białko ogółem: 121.91 g; Tłuszcz: 79.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.45 g; Węglowodny przyswajalne: 322.35 g; suma cukrów prostych: 55.51 g; Sól: 8.56 g; Sód: 2821.12 mg; Błonnik pokarmowy: 33.06 g;

piątek 2026-01-23 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,	Krupnik jaglany 300g (<i>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>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.08 kcal; Białko ogółem: 88.57 g; Tłuszcz: 71.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.30 g; Węglowodny przyswajalne: 338.54 g; suma cukrów prostych: 74.47 g; Sól: 6.20 g; Sód: 2079.73 mg; Błonnik pokarmowy: 27.46 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-23			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), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jaglany 300g (SEL), Pierogi leniwe got. 600g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 100g (MLE), Indyk z pasieki 3 pl. 55g, Dżem 1szt, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3167.83 kcal; Białko ogółem: 127.12 g; Tłuszcz: 101.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 53.34 g; Węglowodny przyswajalne: 424.15 g; suma cukrów prostych: 85.16 g; Sól: 6.53 g; Sód: 2208.66 mg; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

piątek 2026-01-23			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), Pomidor 120g,	Krupnik jaglany 300g (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, Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (MLE),			
			Posiłek nocny: Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.69 kcal; Białko ogółem: 136.10 g; Tłuszcz: 83.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.24 g; Węglowodny przyswajalne: 249.86 g; suma cukrów prostych: 103.75 g; Sól: 3.87 g; Sód: 1545.54 mg; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;

piątek 2026-01-23			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 2026-01-23			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb 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 jaglany 300g (SEL), Pierogi leniwe got. 300g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z march. i jabł. 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Ser biały 70g (MLE), Dżem 1szt, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Banan 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2380.58 kcal; Białko ogółem: 90.75 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; Węglowodny przyswajalne: 324.06 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Sól: 5.80 g; Sód: 1919.65 mg; Błonnik pokarmowy: 20.62 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 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 Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Kielbasa tyrolska 3 pl. 50g , Pomidor 120g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kasza jęczmienna got. 140g (<i>GLU</i>), 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>), Pastella 1szt (<i>JAJ, RYB, SEL, GOR</i>), Szyunka biała 2 pl. 40g (<i>SOJ, GOR</i>), Ogórek kiszony 100g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2642.34 kcal; Białko ogółem: 94.99 g; Tłuszcz: 114.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.83 g; Węglowodny przyswajalne: 294.53 g; suma cukrów prostych: 54.73 g; Sól: 10.06 g; Sód: 4023.18 mg; Błonnik pokarmowy: 34.48 g;

sobota 2026-01-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
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>), Szynek firm. 3 pl. 50g , Miód 1szt , Pomidor 120g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Szyunka biała 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Serek Tartare mini 1szt , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.29 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; Węglowodny przyswajalne: 293.06 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3201.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

sobota 2026-01-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Miód 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Serek Tartare mini 1szt , Szyunka biała 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.29 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; Węglowodny przyswajalne: 293.06 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3201.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

sobota 2026-01-24 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynek firm. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Miód 1szt ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szyunka biała 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2067.25 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 58.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.85 g; Węglowodny przyswajalne: 297.25 g; suma cukrów prostych: 40.18 g; Sól: 7.56 g; Sód: 3020.56 mg; Błonnik pokarmowy: 33.14 g;

sobota 2026-01-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Szynek firm. 3 pl. 50g , Pomidor 120g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Kasza jęczmienna got. 140g (<i>GLU</i>), 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 Tartare mini 1szt , Szyunka biała 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Kiwi 1szt , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynek firm. 1 pl. 15g ,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2753.62 kcal; Białko ogółem: 111.09 g; Tłuszcz: 103.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 49.40 g; Węglowodny przyswajalne: 327.17 g; suma cukrów prostych: 74.05 g; Sól: 10.47 g; Sód: 4183.74 mg; Błonnik pokarmowy: 40.45 g;

sobota 2026-01-24 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 3 pl. 50g , Miód 1szt , Pomidor 120g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g , Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyunka biała 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Serek Tartare mini 1szt , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2332.69 kcal; Białko ogółem: 91.29 g; Tłuszcz: 75.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.41 g; Węglowodny przyswajalne: 307.66 g; suma cukrów prostych: 62.72 g; Sól: 8.32 g; Sód: 3324.96 mg; Błonnik pokarmowy: 35.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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>), Szynek firm. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Serek Tartare mini 1szt, Szynek biał 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2546.15 kcal; Białko ogółem: 113.65 g; Tłuszcz: 83.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.00 g; Węglowodny przyswajalne: 325.30 g; suma cukrów prostych: 69.48 g; Sól: 9.11 g; Sód: 3642.68 mg; Błonnik pokarmowy: 29.50 g;

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 3 kr. 120g (<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>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Szynek biał 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2402.36 kcal; Białko ogółem: 118.42 g; Tłuszcz: 79.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; Węglowodny przyswajalne: 290.20 g; suma cukrów prostych: 78.96 g; Sól: 6.80 g; Sód: 2716.89 mg; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),			
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

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

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Serek Tartare mini 1szt, Szynek biał 3 pl. 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.29 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 75.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.32 g; Węglowodny przyswajalne: 293.06 g; suma cukrów prostych: 61.20 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3201.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Kotlet mielony wieprz. smaż. 1szt. 110g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. z groszkiem 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2582.57 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 103.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.49 g; Węglowodny przyswajalne: 295.77 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; Sól: 7.91 g; Sód: 2753.25 mg; Błonnik pokarmowy: 33.77 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Filet kruchy 2 pl. 40g (SOJ), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.65 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 64.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; Węglowodny przyswajalne: 268.77 g; suma cukrów prostych: 76.45 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2884.72 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 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), Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Filet kruchy 2 pl. 40g (SOJ), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.65 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 64.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; Węglowodny przyswajalne: 268.77 g; suma cukrów prostych: 76.45 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2884.72 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g, Zupa warzywna 300g (SEL),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Filet kruchy 2 pl. 40g (SOJ), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2054.45 kcal; Białko ogółem: 87.42 g; Tłuszcz: 65.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.31 g; Węglowodny przyswajalne: 262.73 g; suma cukrów prostych: 57.77 g; Sól: 7.35 g; Sód: 2932.10 mg; Błonnik pokarmowy: 32.21 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 4 pl. 60g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 10g, Szynkowa luks. 1 pl. 15g (GLU, SOJ, GOR), Mleko 200g (MLE),	Posiłek nocny: Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (GLU, MLE), Jabłko 1 szt. 1Por,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2528.42 kcal; Białko ogółem: 112.33 g; Tłuszcz: 89.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.59 g; Węglowodny przyswajalne: 298.20 g; suma cukrów prostych: 84.38 g; Sól: 8.46 g; Sód: 3372.69 mg; Błonnik pokarmowy: 38.44 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Filet kruchy 2 pl. 40g (SOJ), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2172.05 kcal; Białko ogółem: 96.48 g; Tłuszcz: 64.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.02 g; Węglowodny przyswajalne: 283.37 g; suma cukrów prostych: 77.97 g; Sól: 7.54 g; Sód: 3007.92 mg; Błonnik pokarmowy: 34.58 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks 4 pl. 60g (GLU, SOJ, GOR), Dżem 1szt, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Filet kruchy 2 pl. 40g (SOJ), Schab Benedykta 3 pl. 60g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2526.84 kcal; Białko ogółem: 126.57 g; Tłuszcz: 77.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.54 g; Węglowodny przyswajalne: 315.63 g; suma cukrów prostych: 90.92 g; Sól: 8.75 g; Sód: 3488.92 mg; Błonnik pokarmowy: 33.88 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 400g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Pomidor 120g, Jabłko 1 szt. 1Por,
		Posiłek nocny: Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2236.01 kcal; Białko ogółem: 105.55 g; Tłuszcz: 84.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.14 g; Węglowodny przyswajalne: 247.44 g; suma cukrów prostych: 101.83 g; Sól: 4.70 g; Sód: 1871.18 mg; Błonnik pokarmowy: 32.22 g;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Zupa ml. z 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;

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Filet kruchy 2 pl. 40g (SOJ), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2093.65 kcal; Białko ogółem: 96.00 g; Tłuszcz: 64.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.93 g; Węglowodny przyswajalne: 268.77 g; suma cukrów prostych: 76.45 g; Sól: 7.23 g; Sód: 2884.72 mg; Błonnik pokarmowy: 27.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-01-26 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>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Majonez 1szt (<i>JAJ, GOR</i>),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Surówka z białej kap. - coleslaw 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>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.87 kcal; Białko ogółem: 91.85 g; Tłuszcz: 91.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.08 g; Węglowodny przyswajalne: 318.24 g; suma cukrów prostych: 84.76 g; Sól: 8.03 g; Sód: 2663.76 mg; Błonnik pokarmowy: 32.63 g;

poniedziałek 2026-01-26 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>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałata 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, Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.61 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; Węglowodny przyswajalne: 302.29 g; suma cukrów prostych: 96.63 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2682.27 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

poniedziałek 2026-01-26 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>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałata 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, Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2349.81 kcal; Białko ogółem: 87.05 g; Tłuszcz: 73.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.40 g; Węglowodny przyswajalne: 322.03 g; suma cukrów prostych: 97.13 g; Sól: 6.81 g; Sód: 2711.79 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

poniedziałek 2026-01-26 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,	Barszcz czerwony z ziem. bml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Dżem 1szt, Szynekowa firm. 3 pl. 50g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2186.74 kcal; Białko ogółem: 68.33 g; Tłuszcz: 71.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.91 g; Węglowodny przyswajalne: 302.27 g; suma cukrów prostych: 83.20 g; Sól: 7.12 g; Sód: 2842.36 mg; Błonnik pokarmowy: 29.47 g;

poniedziałek 2026-01-26 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>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<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: Sok pomidorowy 1szt, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2545.68 kcal; Białko ogółem: 108.72 g; Tłuszcz: 88.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.24 g; Węglowodny przyswajalne: 309.91 g; suma cukrów prostych: 74.52 g; Sól: 9.54 g; Sód: 3803.83 mg; Błonnik pokarmowy: 38.55 g;

poniedziałek 2026-01-26 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałata 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, Szynekowa firm. 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2428.21 kcal; Białko ogółem: 87.53 g; Tłuszcz: 74.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.49 g; Węglowodny przyswajalne: 336.63 g; suma cukrów prostych: 98.65 g; Sól: 7.12 g; Sód: 2834.99 mg; Błonnik pokarmowy: 31.98 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-01-26		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>),	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 600g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2886.73 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 92.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.52 g; Węglowodny przyswajalne: 375.67 g; suma cukrów prostych: 109.31 g; Sól: 8.39 g; Sód: 3341.92 mg; Błonnik pokarmowy: 29.83 g;

poniedziałek 2026-01-26		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,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 600g (<i>SEL</i>), Brokuły got. 150g, Napój herbaciany 200g,	Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.95 kcal; Białko ogółem: 119.47 g; Tłuszcz: 82.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; Węglowodny przyswajalne: 347.42 g; suma cukrów prostych: 114.16 g; Sól: 4.96 g; Sód: 1972.84 mg; Błonnik pokarmowy: 31.23 g;

poniedziałek 2026-01-26		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

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

poniedziałek 2026-01-26		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,	Barszcz czerwony z ziem. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Risotto drobiowo - wołowe got. 300g (<i>SEL</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sałata 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, Szynek firm. 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2302.61 kcal; Białko ogółem: 89.79 g; Tłuszcz: 76.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.97 g; Węglowodny przyswajalne: 302.29 g; suma cukrów prostych: 96.63 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2682.27 mg; Błonnik pokarmowy: 25.14 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-01-27 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>), Pieczeń rzymska 2 pl. 40g (<i>GLU, JAJ, SOJ, GOR</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Salata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Zupa fasolowa 300g (<i>GLU, 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>), Ser topiony trójką 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2606.90 kcal; Białko ogółem: 111.51 g; Tłuszcz: 88.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.17 g; Węglowodny przyswajalne: 319.80 g; suma cukrów prostych: 78.54 g; Sól: 24.79 g; Sód: 9709.35 mg; Błonnik pokarmowy: 42.59 g;

wtorek 2026-01-27 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>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2075.38 kcal; Białko ogółem: 104.00 g; Tłuszcz: 56.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.26 g; Węglowodny przyswajalne: 273.12 g; suma cukrów prostych: 72.41 g; Sól: 6.25 g; Sód: 2490.35 mg; Błonnik pokarmowy: 29.73 g;

wtorek 2026-01-27 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, Pomidor 120g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.71 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.93 g; Węglowodny przyswajalne: 262.64 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Sól: 6.06 g; Sód: 2414.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

wtorek 2026-01-27 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,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>),	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]: 1956.82 kcal; Białko ogółem: 90.49 g; Tłuszcz: 52.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.24 g; Węglowodny przyswajalne: 262.92 g; suma cukrów prostych: 52.08 g; Sól: 6.13 g; Sód: 2442.01 mg; Błonnik pokarmowy: 33.94 g;

wtorek 2026-01-27 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>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Salata mix 35g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, 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>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, 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]: 2481.76 kcal; Białko ogółem: 133.67 g; Tłuszcz: 72.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.05 g; Węglowodny przyswajalne: 302.62 g; suma cukrów prostych: 61.64 g; Sól: 8.50 g; Sód: 2819.99 mg; Błonnik pokarmowy: 34.35 g;

wtorek 2026-01-27 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 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, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	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]: 2036.56 kcal; Białko ogółem: 100.74 g; Tłuszcz: 53.83 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.01 g; Węglowodny przyswajalne: 268.93 g; suma cukrów prostych: 65.16 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2536.11 mg; Błonnik pokarmowy: 36.50 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-27			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>), 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 koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 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]: 2221.91 kcal; Białko ogółem: 131.86 g; Tłuszcz: 59.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.77 g; Węglowodny przyswajalne: 277.06 g; suma cukrów prostych: 71.89 g; Sól: 6.78 g; Sód: 2701.24 mg; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;

wtorek 2026-01-27			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 ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 120g, Ziemniaki got. 250g, Marchew 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]: 2175.64 kcal; Białko ogółem: 123.25 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.96 g; Węglowodny przyswajalne: 254.88 g; suma cukrów prostych: 80.74 g; Sól: 4.95 g; Sód: 1971.68 mg; Błonnik pokarmowy: 23.31 g;

wtorek 2026-01-27			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 2026-01-27			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>), 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, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g, Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,			
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1993.71 kcal; Białko ogółem: 101.14 g; Tłuszcz: 53.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 26.93 g; Węglowodny przyswajalne: 262.64 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Sól: 6.06 g; Sód: 2414.86 mg; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR),	Barszcz biały z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Udo pieczone 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczka z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Pastella 1szt (JAJ, RYB, SEL, GOR), Szynka konserw. 2pl. 35g, Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2867.05 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 129.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.29 g; Węglowodny przyswajalne: 294.56 g; suma cukrów prostych: 53.78 g; Sól: 9.27 g; Sód: 2638.67 mg; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;

środa 2026-01-28 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), Schab Benedykta 3 pl. 60g (GOR), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, 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), Szynka konserw. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Ser biały 70g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.74 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; Węglowodny przyswajalne: 266.39 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1994.49 mg; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

środa 2026-01-28 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), Schab Benedykta 3 pl. 60g (GOR), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. bezmł. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Ser biały 70g (MLE),
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.74 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; Węglowodny przyswajalne: 266.39 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1994.49 mg; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Schab Benedykta 3 pl. 60g (GOR), Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. bezmł. 80g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynka konserw. 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2130.23 kcal; Białko ogółem: 91.57 g; Tłuszcz: 67.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.27 g; Węglowodny przyswajalne: 272.84 g; suma cukrów prostych: 46.56 g; Sól: 5.11 g; Sód: 2043.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.81 g;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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), Ser żółty 1 pl. 1szt (MLE), Schab Benedykta 3 pl. 60g (GOR), Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Ziemniaki got. 250g, Surówka z buraczka z cebulką 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Mleko 200g (MLE), Margaryna 5g, Schab Benedykta 1 pl. 20g (GOR),		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por, Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2773.19 kcal; Białko ogółem: 138.66 g; Tłuszcz: 89.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.04 g; Węglowodny przyswajalne: 321.10 g; suma cukrów prostych: 64.17 g; Sól: 7.69 g; Sód: 2472.60 mg; Błonnik pokarmowy: 36.17 g;

środa 2026-01-28 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 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), Schab Benedykta 3 pl. 60g (GOR), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, 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), Szynka konserw. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Ser biały 70g (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2359.34 kcal; Białko ogółem: 113.78 g; Tłuszcz: 81.55 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.96 g; Węglowodny przyswajalne: 273.55 g; suma cukrów prostych: 62.21 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2170.49 mg; Błonnik pokarmowy: 37.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-01-28 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>), Schab Benedykta 3 pl. 60g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 380g, 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>), Szyunka konserw. 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2747.36 kcal; Białko ogółem: 152.80 g; Tłuszcz: 102.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.62 g; Węglowodny przyswajalne: 290.22 g; suma cukrów prostych: 69.75 g; Sól: 5.91 g; Sód: 2360.89 mg; Błonnik pokarmowy: 27.66 g;

środa 2026-01-28 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,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, 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: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2307.49 kcal; Białko ogółem: 117.93 g; Tłuszcz: 99.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.24 g; Węglowodny przyswajalne: 222.11 g; suma cukrów prostych: 81.27 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1239.66 mg; Błonnik pokarmowy: 29.76 g;

środa 2026-01-28 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;

środa 2026-01-28 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>), Schab Benedykta 3 pl. 60g (<i>GOR</i>), Serek Tartare mini 1szt, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g, 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>), Szyunka konserw. 2pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2301.74 kcal; Białko ogółem: 113.46 g; Tłuszcz: 80.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.85 g; Węglowodny przyswajalne: 266.39 g; suma cukrów prostych: 60.53 g; Sól: 4.99 g; Sód: 1994.49 mg; Błonnik pokarmowy: 27.21 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-01-29 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), Parówka delikat. 1szt (GLU), Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 120g, Musztarda szt. 1szt (GOR),	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Fasolka po bretońsku got. z kiel. 300g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z koperkiem 150g (JAJ, GOR), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek fromange 1szt (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Roszponka 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2812.15 kcal; Białko ogółem: 134.95 g; Tłuszcz: 112.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.87 g; Węglowodny przyswajalne: 329.40 g; suma cukrów prostych: 67.45 g; Sól: 12.93 g; Sód: 4548.79 mg; Błonnik pokarmowy: 40.06 g;

czwartek 2026-01-29 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,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Roszponka 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.89 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodny przyswajalne: 265.00 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; Sól: 8.84 g; Sód: 3529.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

czwartek 2026-01-29 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, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Roszponka 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.89 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodny przyswajalne: 265.00 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; Sól: 8.84 g; Sód: 3529.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

czwartek 2026-01-29 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 pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. bezml. 200g (SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Roszponka 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1874.11 kcal; Białko ogółem: 72.82 g; Tłuszcz: 60.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.31 g; Węglowodny przyswajalne: 244.62 g; suma cukrów prostych: 42.22 g; Sól: 7.28 g; Sód: 2902.33 mg; Błonnik pokarmowy: 31.79 g;

czwartek 2026-01-29 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), Serek wiejski 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. z koperkiem 150g (JAJ, GOR), 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.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Roszponka 35g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Kiel.krak.parzona 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Skyr serek nat. 1szt (MLE), Zupa ml. z pl. ows. - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2722.85 kcal; Białko ogółem: 143.37 g; Tłuszcz: 89.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.27 g; Węglowodny przyswajalne: 318.27 g; suma cukrów prostych: 64.21 g; Sól: 11.49 g; Sód: 4016.86 mg; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;

czwartek 2026-01-29 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), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Serek wiejski 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (GLU, MLE, SEL), Gulasz drob. got. 200g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Indyk z pasieki 2 pl. 40g, Roszponka 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mandarynka 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.79 kcal; Białko ogółem: 106.04 g; Tłuszcz: 68.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; Węglowodny przyswajalne: 266.97 g; suma cukrów prostych: 61.15 g; Sól: 9.14 g; Sód: 3647.54 mg; Błonnik pokarmowy: 34.18 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-29			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 , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gulasz drob. got. 400g (<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>), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Roszponka 35g , Herbata 200g ,	
			Posiłek nocny: Mandarynka 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2478.86 kcal; Białko ogółem: 132.98 g; Tłuszcz: 80.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.91 g; Węglowodny przyswajalne: 291.42 g; suma cukrów prostych: 76.55 g; Sól: 10.24 g; Sód: 4087.57 mg; Błonnik pokarmowy: 33.11 g;

czwartek 2026-01-29			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>), Gulasz drob. got. 400g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Herbata 200g ,	
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2492.49 kcal; Białko ogółem: 123.88 g; Tłuszcz: 87.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.79 g; Węglowodny przyswajalne: 288.17 g; suma cukrów prostych: 94.50 g; Sól: 7.05 g; Sód: 2810.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.36 g;

czwartek 2026-01-29			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

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

czwartek 2026-01-29			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 , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Gulasz drob. got. 200g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Roszponka 35g , Herbata 200g ,	
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.89 kcal; Białko ogółem: 107.12 g; Tłuszcz: 68.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodny przyswajalne: 265.00 g; suma cukrów prostych: 68.75 g; Sól: 8.84 g; Sód: 3529.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-01-30 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 z soczewicy 300g (<i>GLU, SEL</i>), Krokietki zapiekane 2 szt. 200g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), 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>), Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU, SKR, RYB, SEL</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2669.85 kcal; Białko ogółem: 100.54 g; Tłuszcz: 101.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.79 g; Węglowodny przyswajalne: 316.18 g; suma cukrów prostych: 75.41 g; Sól: 8.28 g; Sód: 2623.55 mg; Błonnik pokarmowy: 35.64 g;

piątek 2026-01-30 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,	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>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>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.95 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.11 g; Węglowodny przyswajalne: 276.42 g; suma cukrów prostych: 84.15 g; Sól: 6.23 g; Sód: 2480.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;

piątek 2026-01-30 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,	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>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>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2060.04 kcal; Białko ogółem: 90.63 g; Tłuszcz: 60.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.06 g; Węglowodny przyswajalne: 276.30 g; suma cukrów prostych: 84.15 g; Sól: 6.32 g; Sód: 2517.50 mg; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;

piątek 2026-01-30 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 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynek firm. 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2017.14 kcal; Białko ogółem: 73.79 g; Tłuszcz: 61.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.15 g; Węglowodny przyswajalne: 277.44 g; suma cukrów prostych: 72.59 g; Sól: 6.67 g; Sód: 2658.01 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

piątek 2026-01-30 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,	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 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: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z kaszą manna-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2490.63 kcal; Białko ogółem: 119.80 g; Tłuszcz: 85.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.89 g; Węglowodny przyswajalne: 298.01 g; suma cukrów prostych: 65.41 g; Sól: 8.07 g; Sód: 3215.19 mg; Błonnik pokarmowy: 33.72 g;

piątek 2026-01-30 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,	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 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>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2138.44 kcal; Białko ogółem: 91.11 g; Tłuszcz: 61.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.14 g; Węglowodny przyswajalne: 290.90 g; suma cukrów prostych: 85.67 g; Sól: 6.63 g; Sód: 2640.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
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 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 240g (<i>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>), Dżem 1szt, Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.93 kcal; Białko ogółem: 128.48 g; Tłuszcz: 73.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.38 g; Węglowodny przyswajalne: 302.59 g; suma cukrów prostych: 95.51 g; Sól: 7.41 g; Sód: 2951.68 mg; Błonnik pokarmowy: 25.64 g;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 120g, Ziemniaki puree 250g (<i>MLE</i>), Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Papka kolacja 500g, Herbata 200g, Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.31 kcal; Białko ogółem: 134.56 g; Tłuszcz: 84.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.26 g; Węglowodny przyswajalne: 246.13 g; suma cukrów prostych: 107.95 g; Sól: 4.38 g; Sód: 1742.31 mg; Błonnik pokarmowy: 27.82 g;

piątek 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z 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 2026-01-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
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,	Zupa ziemniaczana 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>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>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2103.95 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 64.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.11 g; Węglowodny przyswajalne: 276.42 g; suma cukrów prostych: 84.15 g; Sól: 6.23 g; Sód: 2480.63 mg; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-01-31 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), Ser topiony - plastry 2szt (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), 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), Pasta z lososia łag. 1szt (GLU, RYB, MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ogórek kiszony 100g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2693.56 kcal; Białko ogółem: 105.99 g; Tłuszcz: 107.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.89 g; Węglowodny przyswajalne: 314.45 g; suma cukrów prostych: 59.48 g; Sól: 12.65 g; Sód: 5055.67 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

sobota 2026-01-31 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), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.24 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; Węglowodny przyswajalne: 299.65 g; suma cukrów prostych: 59.53 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3077.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

sobota 2026-01-31 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), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g, Serek homog. nat. 1szt (MLE),	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 35g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.24 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; Węglowodny przyswajalne: 299.65 g; suma cukrów prostych: 59.53 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3077.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

sobota 2026-01-31 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,	Zupa bezmleczna 300g (SEL), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Sos pomid. b.ml 80g (GLU, SEL), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Schab na kartki 3 pl. 50g, Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (GLU), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.50 kcal; Białko ogółem: 77.39 g; Tłuszcz: 65.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.08 g; Węglowodny przyswajalne: 299.76 g; suma cukrów prostych: 36.81 g; Sól: 8.04 g; Sód: 3214.79 mg; Błonnik pokarmowy: 31.28 g;

sobota 2026-01-31 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), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Sałata mix 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Ryż biały na sypko got. 160g, Surówka z kiszzonej kapusty 150g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab na kartki 2 pl. 35g, Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Kiwi 1szt, 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]: 2797.87 kcal; Białko ogółem: 127.95 g; Tłuszcz: 94.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.31 g; Węglowodny przyswajalne: 345.21 g; suma cukrów prostych: 73.03 g; Sól: 9.98 g; Sód: 3990.91 mg; Błonnik pokarmowy: 34.57 g;

sobota 2026-01-31 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), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (GLU, SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (GLU, JAJ), Ryż biały na sypko got. 160g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), 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 dęb. 2 pl. 35g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.64 kcal; Białko ogółem: 111.88 g; Tłuszcz: 80.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.16 g; Węglowodny przyswajalne: 314.25 g; suma cukrów prostych: 61.05 g; Sól: 8.01 g; Sód: 3201.05 mg; Błonnik pokarmowy: 30.69 g;

sobota 2026-01-31			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>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,		Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2686.10 kcal; Białko ogółem: 134.23 g; Tłuszcz: 88.04 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.75 g; Węglowodny przyswajalne: 331.89 g; suma cukrów prostych: 67.82 g; Sól: 8.80 g; Sód: 3518.77 mg; Błonnik pokarmowy: 24.93 g;

sobota 2026-01-31			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 ,		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Ryż biały na sypko got. 160g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,		Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2454.77 kcal; Białko ogółem: 118.81 g; Tłuszcz: 81.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.75 g; Węglowodny przyswajalne: 301.69 g; suma cukrów prostych: 78.63 g; Sól: 6.36 g; Sód: 2541.39 mg; Błonnik pokarmowy: 23.30 g;

sobota 2026-01-31			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Mus owocowy 1szt ,		Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),		Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	
			Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),		

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

sobota 2026-01-31			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g ,		Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ryż biały na sypko got. 160g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,		Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g , Szynkowa dęb. 2 pl. 35g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,	
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2394.24 kcal; Białko ogółem: 111.40 g; Tłuszcz: 79.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.07 g; Węglowodny przyswajalne: 299.65 g; suma cukrów prostych: 59.53 g; Sól: 7.70 g; Sód: 3077.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;