

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Kotlet mielony wieprz. smaż. 1szt. 110g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z buraczką z cebulką 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pastella 1szt (<i>JAJ, RYB, SEL, GOR</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Ogórek kons. 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2865.95 kcal; Białko ogółem: 106.71 g; Tłuszcz: 123.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.85 g; Węglowodny przyswajalne: 305.94 g; suma cukrów prostych: 55.41 g; Sól: 12.72 g; Sód: 3678.13 mg; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.42 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 88.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; Węglowodny przyswajalne: 263.51 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Sól: 8.40 g; Sód: 3349.85 mg; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.42 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 88.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; Węglowodny przyswajalne: 263.51 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Sól: 8.40 g; Sód: 3349.85 mg; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynkowa luks. 3 pl. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z mak. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g , Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (<i>GLU</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2187.56 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 76.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.24 g; Węglowodny przyswajalne: 284.23 g; suma cukrów prostych: 42.10 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2726.78 mg; Błonnik pokarmowy: 30.83 g;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Ziemniaki got. 250g , Surówka z buraczką z cebulką 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkówka 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 , Szynkowa luks. 1 pl. 15g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>),		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2923.27 kcal; Białko ogółem: 140.07 g; Tłuszcz: 102.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.91 g; Węglowodny przyswajalne: 334.26 g; suma cukrów prostych: 74.29 g; Sól: 13.69 g; Sód: 3842.49 mg; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-03-11		Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g , Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2465.82 kcal; Białko ogółem: 124.19 g; Tłuszcz: 88.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.20 g; Węglowodny przyswajalne: 278.91 g; suma cukrów prostych: 66.05 g; Sól: 11.11 g; Sód: 3525.85 mg; Błonnik pokarmowy: 29.17 g;

środa 2026-03-11		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 3 pl. 50g , Pomidor 120g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2543.04 kcal; Białko ogółem: 133.20 g; Tłuszcz: 95.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.40 g; Węglowodny przyswajalne: 276.93 g; suma cukrów prostych: 70.73 g; Sól: 9.22 g; Sód: 3677.56 mg; Błonnik pokarmowy: 25.29 g;

środa 2026-03-11		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>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 380g , Udo gotowane 190g , Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Papka kolacja 500g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2527.08 kcal; Białko ogółem: 145.54 g; Tłuszcz: 115.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.98 g; Węglowodny przyswajalne: 215.01 g; suma cukrów prostych: 80.59 g; Sól: 3.92 g; Sód: 1558.24 mg; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

środa 2026-03-11		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]: 2518.00 kcal; Białko ogółem: 133.57 g; Tłuszcz: 122.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 61.14 g; Węglowodny przyswajalne: 210.61 g; suma cukrów prostych: 53.68 g; Sól: 2.87 g; Sód: 1145.84 mg; Błonnik pokarmowy: 19.97 g;

środa 2026-03-11		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>), Szynkowa luks. 2 pl. 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 120g , Serek wiejski 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Udo gotowane 190g , Sos pietr. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2383.42 kcal; Białko ogółem: 121.07 g; Tłuszcz: 88.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.10 g; Węglowodny przyswajalne: 263.51 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Sól: 8.40 g; Sód: 3349.85 mg; Błonnik pokarmowy: 26.33 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-12 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), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Sałatka z szynką i ogór. ziel. 100g (GLU, JAJ, SEL, GOR), Roszponka 35g,	Barszcz biały z mak. 300g (GLU, MLE, SEL), Gołąbki got. w sosie pomid. 1 szt. 200g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Pasztet drob. 1szt (GLU, SOJ), Szynka konserw. 2pl. 35g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2623.00 kcal; Białko ogółem: 76.41 g; Tłuszcz: 97.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.49 g; Węglowodny przyswajalne: 335.79 g; suma cukrów prostych: 46.82 g; Sól: 11.96 g; Sód: 3511.43 mg; Błonnik pokarmowy: 21.20 g;

czwartek 2026-03-12 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), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g, Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Roszponka 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos pomid. 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. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.95 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; Węglowodny przyswajalne: 289.39 g; suma cukrów prostych: 49.13 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2854.95 mg; Błonnik pokarmowy: 21.49 g;

czwartek 2026-03-12 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), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt (MLE), Roszponka 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sos pomid. 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. 2pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR),
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.95 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; Węglowodny przyswajalne: 289.39 g; suma cukrów prostych: 49.13 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2854.95 mg; Błonnik pokarmowy: 21.49 g;

czwartek 2026-03-12 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, Roszponka 35g,	Zupa bezmleczna 300g (SEL), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (GLU, JAJ), Sok pomidorowy 1szt, Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1935.46 kcal; Białko ogółem: 81.23 g; Tłuszcz: 53.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.52 g; Węglowodny przyswajalne: 266.75 g; suma cukrów prostych: 33.57 g; Sól: 8.15 g; Sód: 3256.45 mg; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;

czwartek 2026-03-12 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), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gołąbki got. w sosie pomid. 1 szt. 200g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Mleko 200g (MLE), Margaryna 5g, Kiel.krak.parzona 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Kefir naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2788.60 kcal; Białko ogółem: 114.64 g; Tłuszcz: 92.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.54 g; Węglowodny przyswajalne: 350.16 g; suma cukrów prostych: 72.88 g; Sól: 12.17 g; Sód: 3837.56 mg; Błonnik pokarmowy: 25.82 g;

czwartek 2026-03-12 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), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Polewka z ziem. 300g (GLU, MLE), Gołąbki got. w sosie pomid. 1 szt. 200g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR), Sos pomid. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.77 kcal; Białko ogółem: 90.11 g; Tłuszcz: 78.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.73 g; Węglowodny przyswajalne: 325.72 g; suma cukrów prostych: 55.12 g; Sól: 9.00 g; Sód: 2688.44 mg; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-03-12		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gołąbki got.w sosie pomid.2 szt. 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g , Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 3 pl. 50g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3280.05 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 120.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.94 g; Węglowodny przyswajalne: 391.69 g; suma cukrów prostych: 66.03 g; Sól: 6.86 g; Sód: 2739.00 mg; Błonnik pokarmowy: 25.04 g;

czwartek 2026-03-12		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Pomidor 120g ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Papka kolacja 500g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2267.38 kcal; Białko ogółem: 108.56 g; Tłuszcz: 78.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.64 g; Węglowodny przyswajalne: 268.63 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Sól: 4.74 g; Sód: 1893.63 mg; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;

czwartek 2026-03-12		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

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 2026-03-12		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Roszponka 35g ,	Polewka z ziem. 300g (<i>GLU, MLE</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 1 por. 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos pomid. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g , Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2232.95 kcal; Białko ogółem: 101.43 g; Tłuszcz: 69.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.17 g; Węglowodny przyswajalne: 289.39 g; suma cukrów prostych: 49.13 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2854.95 mg; Błonnik pokarmowy: 21.49 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa fasolowa 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny smaż. panier. 1 por. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerw. kapusty 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2808.69 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 97.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.08 g; Węglowodny przyswajalne: 345.81 g; suma cukrów prostych: 70.57 g; Sól: 8.08 g; Sód: 2543.26 mg; Błonnik pokarmowy: 41.15 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Dżem 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.56 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Węglowodny przyswajalne: 284.68 g; suma cukrów prostych: 92.73 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2170.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.65 kcal; Białko ogółem: 97.67 g; Tłuszcz: 68.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.76 g; Węglowodny przyswajalne: 284.56 g; suma cukrów prostych: 92.73 g; Sól: 5.52 g; Sód: 2206.99 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynek firm. 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2029.58 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz: 58.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.08 g; Węglowodny przyswajalne: 285.26 g; suma cukrów prostych: 69.18 g; Sól: 5.90 g; Sód: 2359.88 mg; Błonnik pokarmowy: 33.30 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z czerw. kapusty 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 10g, Schab na kartki 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.14 kcal; Białko ogółem: 117.09 g; Tłuszcz: 89.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.18 g; Węglowodny przyswajalne: 312.20 g; suma cukrów prostych: 58.14 g; Sól: 8.18 g; Sód: 2788.78 mg; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2268.05 kcal; Białko ogółem: 98.15 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.85 g; Węglowodny przyswajalne: 299.16 g; suma cukrów prostych: 94.25 g; Sól: 5.83 g; Sód: 2330.19 mg; Błonnik pokarmowy: 30.24 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 900g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2904.15 kcal; Białko ogółem: 149.81 g; Tłuszcz: 95.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.67 g; Węglowodny przyswajalne: 349.58 g; suma cukrów prostych: 111.28 g; Sól: 7.04 g; Sód: 2811.98 mg; Błonnik pokarmowy: 26.77 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, 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, Szynek firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2333.12 kcal; Białko ogółem: 132.55 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.93 g; Węglowodny przyswajalne: 250.09 g; suma cukrów prostych: 104.23 g; Sól: 3.79 g; Sód: 1511.90 mg; Błonnik pokarmowy: 28.70 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),

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

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Twarożek z ziemniakami got. 450g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynek firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2233.56 kcal; Białko ogółem: 100.32 g; Tłuszcz: 71.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.81 g; Węglowodny przyswajalne: 284.68 g; suma cukrów prostych: 92.73 g; Sól: 5.43 g; Sód: 2170.11 mg; Błonnik pokarmowy: 23.40 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser topiony - plastry 2szt (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Paprykarz szczeciński 1szt (GLU, SKR, RYB, SEL), Indyk z pasieki 2 pl. 40g , Ogórek zielony 100g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2520.23 kcal; Białko ogółem: 106.70 g; Tłuszcz: 95.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.35 g; Węglowodny przyswajalne: 293.42 g; suma cukrów prostych: 54.86 g; Sól: 9.40 g; Sód: 3756.46 mg; Błonnik pokarmowy: 35.43 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (GLU, JAJ), Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.85 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; Węglowodny przyswajalne: 295.38 g; suma cukrów prostych: 56.99 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2733.94 mg; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Sałata mix 35g , Serek homog. nat. 1szt (MLE),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g , Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Miód 1szt , Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Pomidor 120g , Herbata 200g , Jogurt naturalny 1szt (MLE),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.85 kcal; Białko ogółem: 106.13 g; Tłuszcz: 76.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.45 g; Węglowodny przyswajalne: 295.38 g; suma cukrów prostych: 56.99 g; Sól: 6.84 g; Sód: 2733.94 mg; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g , Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g , Kiel.szyn.wyborna 3 pl. 50g (SOJ, GOR), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. bezmł. 300g (GLU, SEL), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (GLU, JAJ), Sos jarzyn. bezmł. 80g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g , Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (GLU), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2185.51 kcal; Białko ogółem: 75.28 g; Tłuszcz: 60.86 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.18 g; Węglowodny przyswajalne: 317.50 g; suma cukrów prostych: 36.39 g; Sól: 6.90 g; Sód: 2760.10 mg; Błonnik pokarmowy: 32.72 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g , Bukiet warzyw got. z buł. tartą 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Ogórek zielony 100g , Kiwi 1szt , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g , Kiel.szyn.wyborna 1 pl. 15g (SOJ, GOR),	(GLU), Margaryna 5g , Kiel.szyn.wyborna 1 pl. 15g (SOJ, GOR),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (MLE), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2707.44 kcal; Białko ogółem: 126.02 g; Tłuszcz: 93.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.03 g; Węglowodny przyswajalne: 324.33 g; suma cukrów prostych: 68.83 g; Sól: 8.15 g; Sód: 3255.56 mg; Błonnik pokarmowy: 39.60 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.szyn.wyborna 2 pl. 35g (SOJ, GOR), Serek homog. nat. 1szt (MLE), Sałata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (GLU, JAJ), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g , Sos koperkowy 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2415.25 kcal; Białko ogółem: 106.61 g; Tłuszcz: 76.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.54 g; Węglowodny przyswajalne: 309.98 g; suma cukrów prostych: 58.51 g; Sól: 7.15 g; Sód: 2857.14 mg; Błonnik pokarmowy: 34.84 g;

sobota 2026-03-14			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kieł.szyn.wyborna 3 pl. 50g (<i>SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 2 por. 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2570.78 kcal; Białko ogółem: 127.38 g; Tłuszcz: 83.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.61 g; Węglowodny przyswajalne: 317.62 g; suma cukrów prostych: 64.79 g; Sól: 7.60 g; Sód: 3037.82 mg; Błonnik pokarmowy: 28.30 g;

sobota 2026-03-14			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. piecz. 2 por. 360g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Miód 1szt , Herbata 200g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2809.34 kcal; Białko ogółem: 157.09 g; Tłuszcz: 97.89 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.03 g; Węglowodny przyswajalne: 315.74 g; suma cukrów prostych: 84.22 g; Sól: 7.26 g; Sód: 2902.34 mg; Błonnik pokarmowy: 27.62 g;

sobota 2026-03-14			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 2026-03-14			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kieł.szyn.wyborna 2 pl. 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Serek homog. nat. 1szt (<i>MLE</i>), Salata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drob. wieprz. piecz. 1 por 90g (<i>GLU, JAJ</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>), Indyk z pasieki 3 pl. 55g , Miód 1szt , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g , Herbata 200g ,			
			Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2255.18 kcal; Białko ogółem: 103.27 g; Tłuszcz: 73.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.12 g; Węglowodny przyswajalne: 284.89 g; suma cukrów prostych: 53.88 g; Sól: 6.65 g; Sód: 2658.46 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek Capresi 1szt (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Sałatka z kiel. krak. i ananasem 100g (GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Karkówka pieczona 1 por. 65g, Sos musztard. 80g (GLU, GOR), Kasza jęczmienna got. 140g (GLU), Kapusta kiszona got. 200g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty-3 trój. 35g (MLE), Galantyna drob. 2 pl. 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2479.24 kcal; Białko ogółem: 87.24 g; Tłuszcz: 107.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.00 g; Węglowodny przyswajalne: 275.22 g; suma cukrów prostych: 44.55 g; Sól: 10.69 g; Sód: 3979.24 mg; Błonnik pokarmowy: 31.14 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.68 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.31 g; Węglowodny przyswajalne: 261.27 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3534.30 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.68 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.31 g; Węglowodny przyswajalne: 261.27 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3534.30 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (SEL), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Szynkowa luks 4 pl. 60g (GLU, SOJ, GOR), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Margaryna 20g, Schab Benedykta 3 pl. 55g (GOR), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2013.36 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.99 g; Węglowodny przyswajalne: 249.14 g; suma cukrów prostych: 47.43 g; Sól: 5.89 g; Sód: 2348.26 mg; Błonnik pokarmowy: 30.14 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Kasza jęczmienna got. 160g (GLU), Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Chleb razowy 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser żółty-3 trój. 35g (MLE), Galantyna drob. 2 pl. 40g, Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 1 kr. 40g (GLU), Margaryna 5g, Szynkowa luks. 1 pl. 15g (GLU, SOJ, GOR),	Posiłek nocny: Skyr serek nat. 1szt (MLE), Zupa ml. z pl. ows.- kol 200g (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2747.47 kcal; Białko ogółem: 124.71 g; Tłuszcz: 103.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.11 g; Węglowodny przyswajalne: 311.62 g; suma cukrów prostych: 59.26 g; Sól: 10.06 g; Sód: 3924.74 mg; Błonnik pokarmowy: 37.12 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (GLU), Chleb razowy 1 kr. 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2289.08 kcal; Białko ogółem: 108.91 g; Tłuszcz: 81.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.40 g; Węglowodny przyswajalne: 275.87 g; suma cukrów prostych: 60.21 g; Sól: 9.17 g; Sód: 3657.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.31 g;

niedziela 2026-03-15			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), Szynkowa luks 4 pl. 60g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 2 szt. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 3 pl. 55g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g , Herbata 200g ,			
					Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2531.21 kcal; Białko ogółem: 135.90 g; Tłuszcz: 95.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 62.00 g; Węglowodny przyswajalne: 283.90 g; suma cukrów prostych: 67.04 g; Sól: 9.44 g; Sód: 3764.94 mg; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

niedziela 2026-03-15			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 2 szt. 200g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Pomidor 120g , Herbata 200g ,			
					Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2432.80 kcal; Białko ogółem: 128.17 g; Tłuszcz: 91.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.34 g; Węglowodny przyswajalne: 262.31 g; suma cukrów prostych: 84.15 g; Sól: 4.04 g; Sód: 1607.15 mg; Błonnik pokarmowy: 24.98 g;

niedziela 2026-03-15			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (MLE), Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza ze schabem got. 500g (GLU, MLE, SEL),			
					Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (GLU, JAJ, MLE),

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

niedziela 2026-03-15			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkowa luks. 3 pl. 50g (GLU, SOJ, GOR), Serek Tartare mini 1szt (MLE), Pomidor 120g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitka ze schabu got.na parze z warz. 1 szt. 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Buraczki got. 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Schab Benedykta 2 pl. 45g (GOR), Serek homog. owoc. 1szt (MLE), Pomidor 120g , Herbata 200g ,			
					Posiłek nocny: Jablko 1 szt. 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.68 kcal; Białko ogółem: 108.43 g; Tłuszcz: 81.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 58.31 g; Węglowodny przyswajalne: 261.27 g; suma cukrów prostych: 58.69 g; Sól: 8.86 g; Sód: 3534.30 mg; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-16 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,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, 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>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2548.19 kcal; Białko ogółem: 107.58 g; Tłuszcz: 88.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.31 g; Węglowodny przyswajalne: 311.13 g; suma cukrów prostych: 48.02 g; Sól: 9.04 g; Sód: 2274.47 mg; Błonnik pokarmowy: 32.27 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Schab na kartki 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2441.27 kcal; Białko ogółem: 104.59 g; Tłuszcz: 83.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.90 g; Węglowodny przyswajalne: 302.39 g; suma cukrów prostych: 60.81 g; Sól: 6.82 g; Sód: 2375.70 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Miód 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Dżem 1szt, Schab na kartki 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2488.47 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 80.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.33 g; Węglowodny przyswajalne: 322.14 g; suma cukrów prostych: 61.31 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2405.22 mg; Błonnik pokarmowy: 30.21 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. bezml. 1 por. 220g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Sałata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Schab na kartki 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2366.78 kcal; Białko ogółem: 85.79 g; Tłuszcz: 76.40 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.24 g; Węglowodny przyswajalne: 315.03 g; suma cukrów prostych: 48.33 g; Sól: 8.01 g; Sód: 2507.09 mg; Błonnik pokarmowy: 34.88 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z makiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. - coleslaw 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 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]: 2949.29 kcal; Białko ogółem: 129.77 g; Tłuszcz: 103.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.93 g; Węglowodny przyswajalne: 354.80 g; suma cukrów prostych: 64.60 g; Sól: 12.27 g; Sód: 3342.24 mg; Błonnik pokarmowy: 36.91 g;

poniedziałek 2026-03-16 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,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, 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, Schab na kartki 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2529.67 kcal; Białko ogółem: 103.41 g; Tłuszcz: 81.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; Węglowodny przyswajalne: 329.84 g; suma cukrów prostych: 62.15 g; Sól: 8.25 g; Sód: 2493.22 mg; Błonnik pokarmowy: 31.63 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
---	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Kiel. zielonogórska 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 500g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winogret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 100g (MLE), Schab na kartki 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3094.01 kcal; Białko ogółem: 149.93 g; Tłuszcz: 111.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.04 g; Węglowodny przyswajalne: 355.20 g; suma cukrów prostych: 76.16 g; Sól: 9.48 g; Sód: 3093.58 mg; Błonnik pokarmowy: 35.39 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 500g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g,	Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2972.79 kcal; Białko ogółem: 142.04 g; Tłuszcz: 112.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 47.15 g; Węglowodny przyswajalne: 330.01 g; suma cukrów prostych: 88.43 g; Sól: 6.17 g; Sód: 2116.97 mg; Błonnik pokarmowy: 39.16 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (MLE), Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z udem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z udem got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (GLU, JAJ, MLE),

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

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Kiel. zielonogórska 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Potrawka z kurczaka got. 1 por. 250g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winogret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2502.11 kcal; Białko ogółem: 108.15 g; Tłuszcz: 83.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.99 g; Węglowodny przyswajalne: 312.18 g; suma cukrów prostych: 55.46 g; Sól: 7.80 g; Sód: 2419.87 mg; Błonnik pokarmowy: 32.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17 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>), Salceson 2 pl. 50g, Schab na kartki 2 pl. 35g, Sałata mix 35g, Mandarynka 1szt,	Kapuśniak z kisz. kapusty 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe got. 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z march. i jabł. 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 topiony trójkąt 2szt (<i>MLE</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2562.39 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 94.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.80 g; Węglowodny przyswajalne: 323.93 g; suma cukrów prostych: 50.40 g; Sól: 10.60 g; Sód: 2970.68 mg; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;

wtorek 2026-03-17 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>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, 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,	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]: 2057.06 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; Węglowodny przyswajalne: 269.50 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Sól: 5.96 g; Sód: 2376.21 mg; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

wtorek 2026-03-17 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, Pomidor 120g, Sałata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, 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,	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]: 2057.06 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; Węglowodny przyswajalne: 269.50 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Sól: 5.96 g; Sód: 2376.21 mg; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, 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, 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]: 1980.37 kcal; Białko ogółem: 92.63 g; Tłuszcz: 53.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.38 g; Węglowodny przyswajalne: 264.13 g; suma cukrów prostych: 52.49 g; Sól: 6.03 g; Sód: 2403.91 mg; Błonnik pokarmowy: 35.35 g;

wtorek 2026-03-17 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>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jabłko pieczone 1szt, Sałata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 1 por. 60g, 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>), 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: Jogurt nat.z pł.ows.i nas.słonecznika 1 szt. 110g (<i>GLU, MLE</i>), Zupa ml. z ryżem - kol 200g (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2537.76 kcal; Białko ogółem: 128.67 g; Tłuszcz: 66.74 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 32.64 g; Węglowodny przyswajalne: 339.05 g; suma cukrów prostych: 66.08 g; Sól: 11.20 g; Sód: 2844.99 mg; Błonnik pokarmowy: 28.13 g;

wtorek 2026-03-17 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>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, 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,	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]: 2139.91 kcal; Białko ogółem: 107.24 g; Tłuszcz: 55.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.40 g; Węglowodny przyswajalne: 284.59 g; suma cukrów prostych: 65.44 g; Sól: 8.27 g; Sód: 2497.46 mg; Błonnik pokarmowy: 33.80 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-03-17			Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 2 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]: 2285.16 kcal; Białko ogółem: 134.68 g; Tłuszcz: 61.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.16 g; Węglowodny przyswajalne: 283.90 g; suma cukrów prostych: 72.17 g; Sól: 6.62 g; Sód: 2638.61 mg; Błonnik pokarmowy: 32.05 g;

wtorek 2026-03-17			Jadłospis dla diety: Papkowata		
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet z kurczaka got. 2 por. 120g, Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Szynkowa dęb. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g, Papka mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>),			
			Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt, Zupa ml. z ryżem - kol 200g (<i>MLE</i>),		

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3395.49 kcal; Białko ogółem: 171.81 g; Tłuszcz: 121.85 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 62.52 g; Węglowodny przyswajalne: 388.62 g; suma cukrów prostych: 112.70 g; Sól: 6.90 g; Sód: 2749.92 mg; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

wtorek 2026-03-17			Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Pomidor 120g, 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]: 2385.28 kcal; Białko ogółem: 142.80 g; Tłuszcz: 113.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 65.18 g; Węglowodny przyswajalne: 187.89 g; suma cukrów prostych: 52.72 g; Sól: 2.57 g; Sód: 1025.59 mg; Błonnik pokarmowy: 18.50 g;

wtorek 2026-03-17			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>), Jabłko pieczone 1szt, Schab na kartki 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Sałata mix 35g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, 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]: 2057.06 kcal; Białko ogółem: 103.96 g; Tłuszcz: 55.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.31 g; Węglowodny przyswajalne: 269.50 g; suma cukrów prostych: 69.57 g; Sól: 5.96 g; Sód: 2376.21 mg; Błonnik pokarmowy: 30.23 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-18 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 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serdelek 1szt, Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Ketchup 1szt,	Rosół z makaronem 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo pieczone 190g, ziemniaki got. 250g, Fasolka szparag. got. z buł. tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ogórek kons. 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2921.84 kcal; Białko ogółem: 111.95 g; Tłuszcz: 135.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 60.85 g; Węglowodny przyswajalne: 299.08 g; suma cukrów prostych: 79.77 g; Sól: 11.86 g; Sód: 3766.46 mg; Błonnik pokarmowy: 28.57 g;

środa 2026-03-18 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>), Dżem 1szt, Pomidor 120g, Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.81 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; Węglowodny przyswajalne: 314.12 g; suma cukrów prostych: 88.72 g; Sól: 5.87 g; Sód: 2343.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Dżem 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</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>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.81 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; Węglowodny przyswajalne: 314.12 g; suma cukrów prostych: 88.72 g; Sól: 5.87 g; Sód: 2343.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Pomidor 120g, Dżem 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</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, Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2409.20 kcal; Białko ogółem: 91.44 g; Tłuszcz: 74.94 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.69 g; Węglowodny przyswajalne: 323.23 g; suma cukrów prostych: 77.44 g; Sól: 5.94 g; Sód: 2373.97 mg; Błonnik pokarmowy: 37.47 g;

środa 2026-03-18 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 do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 2 pl. 35g, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g, ziemniaki got. 250g, Fasolka szparag. got. z buł. tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Mleko 200g (<i>MLE</i>), Margaryna 5g, Kiel.krak.parzona 1 pl. 15g,		Posiłek nocny: Kefir naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z pl. ows. - kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3015.56 kcal; Białko ogółem: 132.19 g; Tłuszcz: 118.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 57.10 g; Węglowodny przyswajalne: 337.66 g; suma cukrów prostych: 67.04 g; Sól: 10.52 g; Sód: 3179.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.50 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g, Dżem 1szt, Pomidor 120g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Udo gotowane 190g, Sos jarzyn. 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna got. 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2487.21 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 75.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.47 g; Węglowodny przyswajalne: 329.52 g; suma cukrów prostych: 90.40 g; Sól: 8.58 g; Sód: 2519.50 mg; Błonnik pokarmowy: 35.51 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
--	--	--

Jadłospisy dla oddziałów

Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Dżem 1szt , Pomidor 120g , Jogurt owocowy 1szt (MLE),	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 380g , Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL),	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynkówka firm. 3 pl. 50g , Ser biały 70g (MLE), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2817.78 kcal; Białko ogółem: 134.03 g; Tłuszcz: 97.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.84 g; Węglowodny przyswajalne: 336.84 g; suma cukrów prostych: 97.11 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2729.10 mg; Błonnik pokarmowy: 33.12 g;

środa 2026-03-18		Jadłospis dla diety: Papkowata
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Papka mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g , Pomidor 120g ,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 380g , Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 300g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Papka kolacja 500g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2525.87 kcal; Białko ogółem: 122.20 g; Tłuszcz: 99.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.42 g; Węglowodny przyswajalne: 270.70 g; suma cukrów prostych: 109.92 g; Sól: 3.11 g; Sód: 1238.82 mg; Błonnik pokarmowy: 34.15 g;

środa 2026-03-18		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g , Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z udem got. 500g (GLU, MLE, SEL),	
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza z udem got. 500g (GLU, MLE, SEL), Zupa ml. z pł. ows.- kol 200g (GLU, MLE),

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 2026-03-18		Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z makiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Kiel.krak.parzona 3 pl. 50g , Dżem 1szt , Pomidor 120g ,	Krupnik jęczmienny 300g (GLU, SEL), Udo gotowane 190g , Sos jarzyn. 80g (GLU, MLE, SEL), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyzna got. 150g (GLU, SEL), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 70g (MLE), Szynkówka firm. 2 pl. 35g , Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2404.81 kcal; Białko ogółem: 100.71 g; Tłuszcz: 75.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.36 g; Węglowodny przyswajalne: 314.12 g; suma cukrów prostych: 88.72 g; Sól: 5.87 g; Sód: 2343.50 mg; Błonnik pokarmowy: 32.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
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>), Ser żółty 1 pl. 1szt (<i>MLE</i>), Kielb. kanapkowa 2 pl. 40g (<i>SOJ</i>), Salátka z szynką i ogór. ziel. 100g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i>), Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bigos duszony (kisz.kap) 300g, Ziemniaki got. 250g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pasztet drob. 1szt (<i>GLU, SOJ</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2679.22 kcal; Białko ogółem: 112.37 g; Tłuszcz: 108.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.08 g; Węglowodny przyswajalne: 302.10 g; suma cukrów prostych: 63.07 g; Sól: 13.31 g; Sód: 4093.51 mg; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;

czwartek 2026-03-19 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>), Kielb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.15 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; Węglowodny przyswajalne: 289.37 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3402.96 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

czwartek 2026-03-19 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>), Kielb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Pomidor 120g, Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.15 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; Węglowodny przyswajalne: 289.37 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3402.96 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

czwartek 2026-03-19 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Kielb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzyn. bezml. 80g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Jogurt roślinny Pure Joy 1szt (<i>GLU</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2253.86 kcal; Białko ogółem: 93.62 g; Tłuszcz: 67.03 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.12 g; Węglowodny przyswajalne: 303.37 g; suma cukrów prostych: 51.00 g; Sól: 8.10 g; Sód: 3237.56 mg; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;

czwartek 2026-03-19 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 zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Kielb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Pomidor 120g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Mleko 200g (<i>MLE</i>), Margaryna 5g, Kielb. kanapkowa 1 pl. 20g (<i>SOJ</i>),	Posiłek nocny: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2795.39 kcal; Białko ogółem: 133.39 g; Tłuszcz: 90.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 43.20 g; Węglowodny przyswajalne: 349.85 g; suma cukrów prostych: 87.87 g; Sól: 12.30 g; Sód: 3885.12 mg; Błonnik pokarmowy: 31.24 g;

czwartek 2026-03-19 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 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2420.55 kcal; Białko ogółem: 112.87 g; Tłuszcz: 78.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.07 g; Węglowodny przyswajalne: 304.23 g; suma cukrów prostych: 73.07 g; Sól: 10.64 g; Sód: 3337.36 mg; Błonnik pokarmowy: 29.82 g;

czwartek 2026-03-19		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa ml. z pł. owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kiełb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 2 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Szynka konserw. 3 pl. 50g, Schab Benedykta 3 pl. 55g (<i>GOR</i>), Pomidor 120g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2533.55 kcal; Białko ogółem: 121.77 g; Tłuszcz: 84.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.16 g; Węglowodny przyswajalne: 312.08 g; suma cukrów prostych: 79.64 g; Sól: 9.03 g; Sód: 3601.62 mg; Błonnik pokarmowy: 27.45 g;

czwartek 2026-03-19		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, Pomidor 120g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 160g (<i>GLU, JAJ</i>), 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]: 2189.92 kcal; Białko ogółem: 105.44 g; Tłuszcz: 79.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.73 g; Węglowodny przyswajalne: 248.75 g; suma cukrów prostych: 91.04 g; Sól: 4.66 g; Sód: 1852.99 mg; Błonnik pokarmowy: 30.95 g;

czwartek 2026-03-19		Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza
Płynna odżywcza mleczna 500g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Mus owocowy 1szt,	Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>),	
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza z indykiem got. 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Zupa ml. z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

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 2026-03-19		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>), Kiełb. kanapkowa 3 pl. 55g (<i>SOJ</i>), Serek Tartare mini 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Roszponka 35g,	Zupa pomidorowa z mak. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drob. got. 1 szt. 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 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>), Szynka konserw. 2pl. 35g, Schab Benedykta 2 pl. 45g (<i>GOR</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 120g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2378.15 kcal; Białko ogółem: 113.85 g; Tłuszcz: 80.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.66 g; Węglowodny przyswajalne: 289.37 g; suma cukrów prostych: 71.39 g; Sól: 8.53 g; Sód: 3402.96 mg; Błonnik pokarmowy: 27.00 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa grochowa 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny smaż. panier. 1 por. 120g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, 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>), Deliser 2szt (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2828.47 kcal; Białko ogółem: 105.53 g; Tłuszcz: 102.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.99 g; Węglowodny przyswajalne: 351.56 g; suma cukrów prostych: 65.85 g; Sól: 10.16 g; Sód: 2514.95 mg; Błonnik pokarmowy: 33.49 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Miód 1szt, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.90 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.37 g; Węglowodny przyswajalne: 351.65 g; suma cukrów prostych: 99.50 g; Sól: 5.45 g; Sód: 2177.08 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2512.99 kcal; Białko ogółem: 102.13 g; Tłuszcz: 72.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.32 g; Węglowodny przyswajalne: 351.53 g; suma cukrów prostych: 99.50 g; Sól: 5.54 g; Sód: 2213.95 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Bezmleczna		
Zupa warzywna 300g (<i>SEL</i>), Herbata 200g, Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. bezml. 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew got. 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (<i>GLU</i>), Margaryna 20g, Szynkówka firm. 3 pl. 50g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2075.71 kcal; Białko ogółem: 73.40 g; Tłuszcz: 55.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.44 g; Węglowodny przyswajalne: 303.36 g; suma cukrów prostych: 63.27 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2530.29 mg; Błonnik pokarmowy: 32.12 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Schab na kartki 2 pl. 35g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Filet rybny got. z warz. 1 por. 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Surówka z białej kap. - coleslaw 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>), Szynkówka 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 nat.z.pl.ows. i siem. Inianym 1 szt. 110g (<i>GLU, MLE</i>), Zupa ml. z pl. ows.-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2726.32 kcal; Białko ogółem: 113.36 g; Tłuszcz: 103.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.71 g; Węglowodny przyswajalne: 321.24 g; suma cukrów prostych: 53.56 g; Sól: 11.20 g; Sód: 2874.94 mg; Błonnik pokarmowy: 26.57 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zboż. z młkiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 3 pl. 50g, Rukola 35g, Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Makaron got. z serem białym 320g (<i>GLU, MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 1 kr. 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 2 kr. 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firm. 2 pl. 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2631.39 kcal; Białko ogółem: 106.29 g; Tłuszcz: 72.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.41 g; Węglowodny przyswajalne: 374.93 g; suma cukrów prostych: 101.02 g; Sól: 7.85 g; Sód: 2337.15 mg; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;

piątek 2026-03-20 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),	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron got. z serem białym 640g (GLU, MLE), Jablko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Ser biały 100g (MLE), Szynek firm. 3 pl. 50g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3483.49 kcal; Białko ogółem: 156.03 g; Tłuszcz: 103.57 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.57 g; Węglowodny przyswajalne: 470.53 g; suma cukrów prostych: 128.52 g; Sól: 6.48 g; Sód: 2590.99 mg; Błonnik pokarmowy: 24.72 g;

piątek 2026-03-20 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 ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, 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 , Szynek firm. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (MLE),
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2358.95 kcal; Białko ogółem: 135.26 g; Tłuszcz: 84.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 41.16 g; Węglowodny przyswajalne: 252.47 g; suma cukrów prostych: 109.27 g; Sól: 4.37 g; Sód: 1745.31 mg; Błonnik pokarmowy: 27.90 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Płynna odżywcza		
Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Płynna odżywcza mleczna 500g (GLU, JAJ, MLE), Jogurt owocowy 1szt (MLE), Pomidor 120g , Mus owocowy 1szt ,	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (GLU, MLE, SEL),	Płynna odżywcza z filetem z kurczaka got. 500g (GLU, MLE, SEL),
		Posiłek nocny: Płynna odżywcza mleczna 300g (GLU, JAJ, MLE),

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

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielenie soku żołądkowego		
Zupa ml. z kaszą manną 300g (GLU, MLE), Kawa zboż. z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Schab na kartki 2 pl. 35g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 4 szt. 50g ,	Zupa ziemniaczana z konc. pom. 300g (GLU, MLE, SEL), Makaron got. z serem białym 320g (GLU, MLE), Jablko 1 szt. 1Por , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 4 kr. 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynek firm. 2 pl. 35g , Ser biały 70g (MLE), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2556.90 kcal; Białko ogółem: 104.79 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.37 g; Węglowodny przyswajalne: 351.65 g; suma cukrów prostych: 99.50 g; Sól: 5.45 g; Sód: 2177.08 mg; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;

Dietetyk

.....