

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-21Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Babka cytrynowa 80g , Salata mix 35g , Pomidor 120g , Schab pieczony 35g , Serek Capresi 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Karkówka pieczona 65g , Sos chrzanowy 80g (GLU), Ziemniaki got. 250g , Surówka z selera z brzoskwiną 150g (JAJ, SEL, GOR), Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 40g (GLU), Chleb zwykły 80g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek mój ulubiony 1szt (MLE), Szynka Michałowej 45g, Pomidor 120g , Biskopity 1szt (GLU, JAJ, MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2845.54 kcal; Białko ogółem: 100.10 g; Tłuszcz: 123.61 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 62.18 g; Węglowodny przyswajalne: 317.23 g; suma cukrów prostych: 77.22 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2483.53 mg; Błonnik pokarmowy: 29.01 g;

poniedziałek 2025-04-21Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Babka cytrynowa 80g , Schab pieczony 35g , Szynka z indyka prasowana 40g , Pomidor 120g , Salata mix 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka Michałowej 60g , Miód 1szt , Biskopity 1szt (GLU, JAJ, MLE), Pomidor 120g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.51 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; Węglowodny przyswajalne: 337.43 g; suma cukrów prostych: 86.88 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2504.06 mg; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

poniedziałek 2025-04-21Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Babka cytrynowa 80g , Schab pieczony 35g , Szynka z indyka prasowana 40g , Pomidor 120g , Salata mix 35g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka Michałowej 60g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Biskopity 1szt (GLU, JAJ, MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2457.51 kcal; Białko ogółem: 104.04 g; Tłuszcz: 70.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.44 g; Węglowodny przyswajalne: 337.43 g; suma cukrów prostych: 86.88 g; Sól: 6.28 g; Sód: 2504.06 mg; Błonnik pokarmowy: 29.86 g;

poniedziałek 2025-04-21Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Babka cytrynowa 80g , Schab pieczony 35g , Szynka z indyka prasowana 40g , Salata mix 35g , Pomidor 120g ,	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (GLU), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (GLU), Masło 15g (MLE), Szynka Michałowej 60g , Miód 1szt , Pomidor 120g , Biskopity 1szt (GLU, JAJ, MLE), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2507.11 kcal; Białko ogółem: 104.36 g; Tłuszcz: 70.32 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.47 g; Węglowodny przyswajalne: 348.45 g; suma cukrów prostych: 87.56 g; Sól: 6.37 g; Sód: 2539.26 mg; Błonnik pokarmowy: 31.60 g;

poniedziałek 2025-04-21Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (GLU, MLE), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (GLU, MLE), Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Babka cytrynowa 80g , Salata mix 35g , Pomidor 120g , Schab pieczony 35g , Serek Capresi 1szt (MLE),	Zupa ryżowa 300g (SEL), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (GLU, SEL), Ziemniaki got. 250g , Surówka z selera z brzoskwiną 150g (JAJ, SEL, GOR), Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 80g (GLU), Chleb zwykły 40g (GLU), Masło 15g (MLE), Serek mój ulubiony 1szt (MLE), Szynka Michałowej 45g , Pomidor 120g , Biskopity 1szt (GLU, JAJ, MLE), Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (MLE), Chleb zwykły 40g (GLU), Margaryna 5g , Schab pieczony 20g ,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (GLU, MLE),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3252.62 kcal; Białko ogółem: 129.16 g; Tłuszcz: 131.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 64.92 g; Węglowodny przyswajalne: 367.49 g; suma cukrów prostych: 96.11 g; Sól: 7.64 g; Sód: 2867.05 mg; Błonnik pokarmowy: 36.69 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-21		Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Babka cytrynowa 80g, Schab pieczony 35g, Szynka z indyka prasowana 40g, Sałata mix 35g, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Bitki ze schabu duszone z warzywami 100g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka Michałowej 60g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Biskopity 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2486.31 kcal; Białko ogółem: 104.20 g; Tłuszcz: 70.64 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.49 g; Węglowodny przyswajalne: 341.01 g; suma cukrów prostych: 87.72 g; Sól: 6.50 g; Sód: 2592.06 mg; Błonnik pokarmowy: 34.96 g;

poniedziałek 2025-04-21		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Babka cytrynowa 80g, Schab pieczony 35g, Szynka z indyka prasowana 40g, Pomidor 120g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Sałata mix 35g, Pomidor 120g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Bitki ze schabu duszone z warzywami 200g (<i>GLU, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka Michałowej 70g, Miód 1szt, Pomidor 120g, Biskopity 1szt (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2918.18 kcal; Białko ogółem: 136.12 g; Tłuszcz: 89.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; Węglowodny przyswajalne: 377.26 g; suma cukrów prostych: 102.03 g; Sól: 6.97 g; Sód: 2776.91 mg; Błonnik pokarmowy: 33.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Majonez 1szt (<i>JAJ</i> , <i>GOR</i>),	Kapuśniak z kiszonej kapusty 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Makaron z serem białym 320g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por, Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pasta z łososia łag. 1szt (<i>GLU</i> , <i>RYB</i> , <i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3019.31 kcal; Białko ogółem: 111.43 g; Tłuszcz: 113.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.84 g; Węglowodny przyswajalne: 372.54 g; suma cukrów prostych: 103.28 g; Sól: 8.09 g; Sód: 3164.42 mg; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 35g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.55 kcal; Białko ogółem: 92.52 g; Tłuszcz: 66.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.22 g; Węglowodny przyswajalne: 328.21 g; suma cukrów prostych: 83.53 g; Sól: 6.43 g; Sód: 2570.47 mg; Błonnik pokarmowy: 32.97 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 50g, Pomidor 100g, Dżem szt. 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 35g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2356.50 kcal; Białko ogółem: 89.40 g; Tłuszcz: 64.73 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.76 g; Węglowodny przyswajalne: 337.43 g; suma cukrów prostych: 92.94 g; Sól: 6.74 g; Sód: 2692.88 mg; Błonnik pokarmowy: 33.17 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 35g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2397.15 kcal; Białko ogółem: 92.84 g; Tłuszcz: 66.54 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.25 g; Węglowodny przyswajalne: 339.23 g; suma cukrów prostych: 84.21 g; Sól: 6.52 g; Sód: 2605.67 mg; Błonnik pokarmowy: 34.71 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 35g, Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Szynkówka firmowa 20g,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2610.33 kcal; Białko ogółem: 114.49 g; Tłuszcz: 83.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 38.14 g; Węglowodny przyswajalne: 327.28 g; suma cukrów prostych: 74.30 g; Sól: 11.54 g; Sód: 4613.43 mg; Błonnik pokarmowy: 45.74 g;

wtorek 2025-04-22 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 50g, Pomidor 100g, Dżem szt. 1szt,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 35g, Miód 1szt, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Banan 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2385.30 kcal; Białko ogółem: 89.56 g; Tłuszcz: 65.11 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; Węglowodny przyswajalne: 341.01 g; suma cukrów prostych: 93.78 g; Sól: 6.96 g; Sód: 2780.88 mg; Błonnik pokarmowy: 38.27 g;

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2025-04-22		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkówka firmowa 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 400g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 35g , Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2851.46 kcal; Białko ogółem: 126.44 g; Tłuszcz: 82.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.00 g; Węglowodny przyswajalne: 382.17 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Sól: 8.18 g; Sód: 3270.17 mg; Błonnik pokarmowy: 39.47 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Schab na kartki 35g, Pomidor 100g,	Zupa jarzynowa 300g (<i>MLE, SEL</i>), Makaron z sosem po bolońsku 400g (<i>GLU, SEL</i>), Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2769.98 kcal; Białko ogółem: 92.30 g; Tłuszcz: 119.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.18 g; Węglowodny przyswajalne: 315.01 g; suma cukrów prostych: 43.82 g; Sól: 10.43 g; Sód: 3890.11 mg; Błonnik pokarmowy: 32.11 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 35g, Serek homog. owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.61 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.86 g; Węglowodny przyswajalne: 296.06 g; suma cukrów prostych: 48.33 g; Sól: 10.81 g; Sód: 4315.95 mg; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 35g, Serek homog. owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.61 kcal; Białko ogółem: 100.26 g; Tłuszcz: 71.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.86 g; Węglowodny przyswajalne: 296.06 g; suma cukrów prostych: 48.33 g; Sól: 10.81 g; Sód: 4315.95 mg; Błonnik pokarmowy: 25.49 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 35g, Serek homog. owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2277.21 kcal; Białko ogółem: 100.58 g; Tłuszcz: 71.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.90 g; Węglowodny przyswajalne: 307.08 g; suma cukrów prostych: 49.01 g; Sól: 10.90 g; Sód: 4351.15 mg; Błonnik pokarmowy: 27.23 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek do chleba 1szt (<i>MLE</i>), Schab na kartki 35g, Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Schab na kartki 35g,		Posiłek nocny: Zupa mleczna z ryżem - kol 200g (<i>MLE</i>), Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2878.33 kcal; Białko ogółem: 116.60 g; Tłuszcz: 105.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 55.85 g; Węglowodny przyswajalne: 345.64 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Sól: 10.58 g; Sód: 4220.12 mg; Błonnik pokarmowy: 39.82 g;

środa 2025-04-23 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 35g, Serek homog. owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g,	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2256.41 kcal; Białko ogółem: 100.42 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 54.91 g; Węglowodny przyswajalne: 299.64 g; suma cukrów prostych: 49.17 g; Sól: 11.03 g; Sód: 4403.95 mg; Błonnik pokarmowy: 30.59 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2025-04-23		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Serek homog. owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g, Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa wiedeńska 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 160g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa luksusowa 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Szynkówka firmowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Jabłko 1 szt. 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2535.02 kcal; Białko ogółem: 124.85 g; Tłuszcz: 78.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 56.79 g; Węglowodny przyswajalne: 333.50 g; suma cukrów prostych: 55.83 g; Sól: 12.13 g; Sód: 4842.92 mg; Błonnik pokarmowy: 26.96 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serdelek 1szt, Pomidor 100g, Kielb. krak. parzona 35g, Ketchup 1szt,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomidorowym 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 1szt (<i>GLU</i> , <i>SOJ</i>), Szyнка konserwowa 35g, Salata mix 35g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2745.02 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 123.15 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.76 g; Węglowodny przyswajalne: 299.33 g; suma cukrów prostych: 64.37 g; Sól: 9.78 g; Sód: 3907.21 mg; Błonnik pokarmowy: 28.23 g;

czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Jablko pieczone 1szt,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos pomidorowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem szt. 1szt, Szyнка konserwowa 50g, Salata mix 35g, Herbata 200g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.02 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; Węglowodny przyswajalne: 301.08 g; suma cukrów prostych: 84.66 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2748.76 mg; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Jablko pieczone 1szt,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos pomidorowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem szt. 1szt, Szyнка konserwowa 50g, Salata mix 35g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2472.02 kcal; Białko ogółem: 115.94 g; Tłuszcz: 85.59 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.27 g; Węglowodny przyswajalne: 301.08 g; suma cukrów prostych: 84.66 g; Sól: 6.89 g; Sód: 2748.76 mg; Błonnik pokarmowy: 25.15 g;

czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Jablko pieczone 1szt,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Udo gotowane 190g, Sos pomidorowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem szt. 1szt, Szyнка konserwowa 50g, Salata mix 35g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2577.91 kcal; Białko ogółem: 117.59 g; Tłuszcz: 84.69 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.87 g; Węglowodny przyswajalne: 325.04 g; suma cukrów prostych: 91.38 g; Sól: 6.83 g; Sód: 2730.81 mg; Błonnik pokarmowy: 30.87 g;

czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g, Jablko pieczone 1szt,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomidorowym 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szyńska konserwowa 50g, Pomidor 100g, Salata mix 35g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Kielb. krak. parzona 20g,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2960.68 kcal; Białko ogółem: 113.50 g; Tłuszcz: 95.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.55 g; Węglowodny przyswajalne: 383.41 g; suma cukrów prostych: 96.82 g; Sól: 8.33 g; Sód: 3325.77 mg; Błonnik pokarmowy: 39.81 g;

czwartek 2025-04-24 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 35g, Pomidor 100g, Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Jablko pieczone 1szt,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomidorowym 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g, Salata lodowa winegret 100g, Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem szt. 1szt, Szyńska konserwowa 50g, Salata mix 35g, Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2471.10 kcal; Białko ogółem: 89.59 g; Tłuszcz: 80.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.35 g; Węglowodny przyswajalne: 322.87 g; suma cukrów prostych: 84.71 g; Sól: 6.59 g; Sód: 2630.46 mg; Błonnik pokarmowy: 30.41 g;

czwartek 2025-04-24		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. krak. parzona 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gołąbki w sosie pomidorowym 1 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Ziemniaki got. 250g , Sałata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Dżem szt. 1szt , Szynka konserwowa 50g , Sałata mix 35g , Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2611.52 kcal; Białko ogółem: 98.51 g; Tłuszcz: 85.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.06 g; Węglowodny przyswajalne: 343.68 g; suma cukrów prostych: 81.36 g; Sól: 6.96 g; Sód: 2777.63 mg; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g ,	Kapuśniak z kiszzonej kapusty 300g (<i>GLU, SEL</i>), Ryba zapiekana 125g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z marchwi i jabłka 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek fromage 1szt (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2649.05 kcal; Białko ogółem: 112.88 g; Tłuszcz: 93.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 39.30 g; Węglowodny przyswajalne: 319.47 g; suma cukrów prostych: 71.74 g; Sól: 9.36 g; Sód: 3070.89 mg; Błonnik pokarmowy: 32.46 g;

piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe z cukrem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2673.48 kcal; Białko ogółem: 119.07 g; Tłuszcz: 79.43 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.68 g; Węglowodny przyswajalne: 358.48 g; suma cukrów prostych: 84.05 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2085.04 mg; Błonnik pokarmowy: 21.20 g;

piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe z cukrem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2632.74 kcal; Białko ogółem: 116.89 g; Tłuszcz: 75.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.68 g; Węglowodny przyswajalne: 358.36 g; suma cukrów prostych: 84.19 g; Sól: 6.39 g; Sód: 2154.43 mg; Błonnik pokarmowy: 21.20 g;

piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe z cukrem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2723.08 kcal; Białko ogółem: 119.39 g; Tłuszcz: 79.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 35.72 g; Węglowodny przyswajalne: 369.50 g; suma cukrów prostych: 84.73 g; Sól: 6.31 g; Sód: 2120.24 mg; Błonnik pokarmowy: 22.94 g;

piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 45g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Filet rybny gotowany z warzywami 120g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z marchwi i jabłka 150g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek fromage 1szt (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka 100g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynka na kartki 25g ,		Posiłek nocny: Zupa mleczna z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>), Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2599.18 kcal; Białko ogółem: 129.52 g; Tłuszcz: 80.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 40.64 g; Węglowodny przyswajalne: 323.07 g; suma cukrów prostych: 57.23 g; Sól: 9.46 g; Sód: 3181.76 mg; Błonnik pokarmowy: 35.29 g;

piątek 2025-04-25 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynka na kartki 60g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g ,	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe z cukrem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Przymak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2661.54 kcal; Białko ogółem: 117.05 g; Tłuszcz: 76.31 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.73 g; Węglowodny przyswajalne: 361.94 g; suma cukrów prostych: 85.03 g; Sól: 6.61 g; Sód: 2242.43 mg; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2025-04-25		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynka na kartki 60g , Rukola 35g , Pomidorki koktajlowe 50g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Krupnik jęczmienny 300g (<i>GLU, SEL</i>), Pierogi leniwe z cukrem 600g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Przysmak z fileta 35g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Miód 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 3685.04 kcal; Białko ogółem: 181.94 g; Tłuszcz: 111.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 46.97 g; Węglowodny przyswajalne: 476.16 g; suma cukrów prostych: 116.64 g; Sól: 7.22 g; Sód: 2485.73 mg; Błonnik pokarmowy: 23.43 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Paprykarz szczeciński 1szt (<i>GLU, SKR, RYB, SEL</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Ogórek kiszony 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2430.85 kcal; Białko ogółem: 104.03 g; Tłuszcz: 82.63 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.52 g; Węglowodny przyswajalne: 301.15 g; suma cukrów prostych: 33.79 g; Sól: 11.92 g; Sód: 4163.92 mg; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Dżem szt. 1szt ,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.36 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; Węglowodny przyswajalne: 304.85 g; suma cukrów prostych: 57.90 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2483.75 mg; Błonnik pokarmowy: 26.89 g;

sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Dżem szt. 1szt ,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2254.36 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 61.01 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.43 g; Węglowodny przyswajalne: 304.85 g; suma cukrów prostych: 57.90 g; Sól: 6.22 g; Sód: 2483.75 mg; Błonnik pokarmowy: 26.89 g;

sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Dżem szt. 1szt ,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2303.96 kcal; Białko ogółem: 106.80 g; Tłuszcz: 61.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.47 g; Węglowodny przyswajalne: 315.87 g; suma cukrów prostych: 58.58 g; Sól: 6.30 g; Sód: 2518.95 mg; Błonnik pokarmowy: 28.63 g;

sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynekowa luksusowa 20g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>),		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por , Zupa mleczna z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2612.59 kcal; Białko ogółem: 127.97 g; Tłuszcz: 79.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.10 g; Węglowodny przyswajalne: 327.47 g; suma cukrów prostych: 67.74 g; Sól: 9.13 g; Sód: 3050.12 mg; Błonnik pokarmowy: 35.84 g;

sobota 2025-04-26 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt , Salata mix 35g ,	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 40g (<i>SOJ</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2262.36 kcal; Białko ogółem: 106.48 g; Tłuszcz: 61.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.50 g; Węglowodny przyswajalne: 300.99 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Sól: 6.57 g; Sód: 2624.55 mg; Błonnik pokarmowy: 35.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2025-04-26		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 55g (<i>SOJ, GOR</i>), Salata mix 35g , Dżem szt. 1szt , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa ziemniaczana z koncentratem pomidorowym 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pieczeń rzymska drobiowa 180g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos koperkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Filet kruchy 50g (<i>SOJ</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Mus owocowy 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2585.24 kcal; Białko ogółem: 132.72 g; Tłuszcz: 70.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.41 g; Węglowodny przyswajalne: 341.61 g; suma cukrów prostych: 67.85 g; Sól: 7.61 g; Sód: 3039.53 mg; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g, Salátka jarzynowa 100g (<i>JAJ, SEL, GOR</i>), Musztarda 20g (<i>GOR</i>),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Stek drobiowy z cebulką 110g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki got. 250g, Bukiet warzyw got. z bułką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2653.87 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 117.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.23 g; Węglowodny przyswajalne: 279.97 g; suma cukrów prostych: 51.82 g; Sól: 8.90 g; Sód: 3549.00 mg; Błonnik pokarmowy: 35.23 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.90 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; Węglowodny przyswajalne: 282.95 g; suma cukrów prostych: 79.67 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2870.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2154.90 kcal; Białko ogółem: 96.03 g; Tłuszcz: 63.90 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.29 g; Węglowodny przyswajalne: 282.95 g; suma cukrów prostych: 79.67 g; Sól: 7.20 g; Sód: 2870.78 mg; Błonnik pokarmowy: 32.16 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2204.50 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 63.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.32 g; Węglowodny przyswajalne: 293.97 g; suma cukrów prostych: 80.35 g; Sól: 7.29 g; Sód: 2905.98 mg; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Serek Capresi 1szt (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g, Salátka jarzynowa 100g (<i>JAJ, SEL, GOR</i>), Musztarda 20g (<i>GOR</i>),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Bukiet warzyw got. z bułką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser żółty 35g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Ogonówka parzona 25g,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt, Zupa mleczna z kaszą manna-kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2947.45 kcal; Białko ogółem: 129.26 g; Tłuszcz: 111.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 48.37 g; Węglowodny przyswajalne: 334.71 g; suma cukrów prostych: 74.29 g; Sól: 9.97 g; Sód: 3975.75 mg; Błonnik pokarmowy: 46.47 g;

niedziela 2025-04-27 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g, Mus jabłkowy 70g, Pomidor 100g,	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Włoszczyzna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g, Baleron z indyka 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2183.70 kcal; Białko ogółem: 96.19 g; Tłuszcz: 64.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 31.34 g; Węglowodny przyswajalne: 286.53 g; suma cukrów prostych: 80.51 g; Sól: 7.42 g; Sód: 2958.78 mg; Błonnik pokarmowy: 37.26 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2025-04-27		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ogonówka parzona 60g , Mus jabłkowy 70g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Schab mielony z jarzynami 180g (<i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Włoszczyna gotowana 150g (<i>GLU, SEL</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 50g , Baleron z indyka 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2405.29 kcal; Białko ogółem: 105.25 g; Tłuszcz: 70.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.75 g; Węglowodny przyswajalne: 321.20 g; suma cukrów prostych: 90.42 g; Sól: 7.96 g; Sód: 3174.08 mg; Błonnik pokarmowy: 34.44 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkowa dębowa 35g , Pomidor 100g , Majonez 1szt (<i>JAJ, GOR</i>),	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sos węgierski (szyn) 120g (<i>GLU, SEL</i>), Placki ziemniaczane 3 szt. 200g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z czerwonej kapusty 150g (<i>JAJ, GOR</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2927.45 kcal; Białko ogółem: 100.57 g; Tłuszcz: 129.13 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 33.67 g; Węglowodny przyswajalne: 320.69 g; suma cukrów prostych: 90.96 g; Sól: 7.31 g; Sód: 2299.16 mg; Błonnik pokarmowy: 32.26 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkowa dębowa 35g , Pomidor 100g ,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzynowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2300.61 kcal; Białko ogółem: 100.94 g; Tłuszcz: 65.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.81 g; Węglowodny przyswajalne: 314.07 g; suma cukrów prostych: 97.00 g; Sól: 6.33 g; Sód: 2521.46 mg; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt ,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzynowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2336.43 kcal; Białko ogółem: 98.32 g; Tłuszcz: 62.06 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.74 g; Węglowodny przyswajalne: 333.93 g; suma cukrów prostych: 97.50 g; Sól: 6.57 g; Sód: 2614.27 mg; Błonnik pokarmowy: 24.53 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkowa dębowa 35g , Pomidor 100g ,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzynowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2350.21 kcal; Białko ogółem: 101.26 g; Tłuszcz: 65.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.84 g; Węglowodny przyswajalne: 325.09 g; suma cukrów prostych: 97.68 g; Sól: 6.42 g; Sód: 2556.66 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkowa dębowa 35g , Pomidor 100g ,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzynowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Rzodkiewka 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Szynkowa dębowa 20g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 1szt , Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (<i>GLU, MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2587.00 kcal; Białko ogółem: 123.33 g; Tłuszcz: 80.18 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 36.93 g; Węglowodny przyswajalne: 323.82 g; suma cukrów prostych: 80.16 g; Sól: 9.61 g; Sód: 3829.77 mg; Błonnik pokarmowy: 38.49 g;

poniedziałek 2025-04-28 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkowa dębowa 50g , Pomidor 100g , Miód 1szt ,	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 80g (<i>GLU, JAJ</i>), Sos jarzynowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 70g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ, GOR</i>), Dżem szt. 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2365.23 kcal; Białko ogółem: 98.48 g; Tłuszcz: 62.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.79 g; Węglowodny przyswajalne: 337.51 g; suma cukrów prostych: 98.34 g; Sól: 6.79 g; Sód: 2702.27 mg; Błonnik pokarmowy: 29.63 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2025-04-28		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt (<i>JAJ</i>), Szynkowa dębowa 50g , Pomidor 100g , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Barszcz czerwony z makaronem 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Pulpet drobiowy gotowany 160g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos jarzynowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Salata lodowa winegret 100g , Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Schab polski 35g (<i>SOJ</i> , <i>GOR</i>), Dżem szt. 1szt , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Banan 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2733.15 kcal; Białko ogółem: 133.56 g; Tłuszcz: 77.51 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.86 g; Węglowodny przyswajalne: 363.18 g; suma cukrów prostych: 108.57 g; Sól: 7.98 g; Sód: 3177.27 mg; Błonnik pokarmowy: 27.44 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pasztet zapiekany 40g (<i>GLU</i> , <i>GOR</i>), Schab na kartki 35g, Salata mix 35g,	Zupa z soczewicy 300g (<i>GLU</i> , <i>SEL</i>), Naleśniki z serem 2 szt. 200g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i> , <i>MLE</i>), Surówka z selera z brzoskwiną 100g (<i>JAJ</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony trójkąt 2szt (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2547.58 kcal; Białko ogółem: 103.35 g; Tłuszcz: 94.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 45.94 g; Węglowodny przyswajalne: 304.42 g; suma cukrów prostych: 73.15 g; Sól: 7.37 g; Sód: 2621.14 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos pietruszkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.42 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.37 g; Węglowodny przyswajalne: 284.40 g; suma cukrów prostych: 76.66 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2609.97 mg; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos pietruszkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2086.42 kcal; Białko ogółem: 91.61 g; Tłuszcz: 58.21 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.37 g; Węglowodny przyswajalne: 284.40 g; suma cukrów prostych: 76.66 g; Sól: 6.55 g; Sód: 2609.97 mg; Błonnik pokarmowy: 28.14 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos pietruszkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Sok owocowy 1szt,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2136.02 kcal; Białko ogółem: 91.93 g; Tłuszcz: 58.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.41 g; Węglowodny przyswajalne: 295.42 g; suma cukrów prostych: 77.34 g; Sól: 6.64 g; Sód: 2645.17 mg; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos pietruszkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g, Szynka konserwowa 35g, Ogórek zielony 100g, Herbata 200g,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g, Schab na kartki 20g,		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por, Zupa mleczna z kaszą manna- kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2473.90 kcal; Białko ogółem: 112.10 g; Tłuszcz: 71.46 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 34.39 g; Węglowodny przyswajalne: 325.25 g; suma cukrów prostych: 88.31 g; Sól: 8.08 g; Sód: 3219.96 mg; Błonnik pokarmowy: 40.33 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 50g, Salata mix 35g, Jabłko pieczone 1szt, Pomidor 100g,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 60g, Sos pietruszkowy 80g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g, Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Baleron z indyka 35g, Szynka konserwowa 35g, Pomidor 100g, Herbata 200g,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2079.67 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 58.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.42 g; Węglowodny przyswajalne: 279.67 g; suma cukrów prostych: 71.85 g; Sól: 6.76 g; Sód: 2696.02 mg; Błonnik pokarmowy: 34.61 g;

wtorek 2025-04-29 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Schab na kartki 60g , Sałata mix 35g , Jabłko pieczone 1szt , Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Zupa ryżowa 300g (<i>SEL</i>), Filet z kurczaka gotowany 120g , Sos pietruszkowy 80g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Buraczki gotowane 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Baleron z indyka 35g , Szynka konserwowa 50g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Pomarańcza - pół 1Por ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2347.57 kcal; Białko ogółem: 123.72 g; Tłuszcz: 64.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 30.64 g; Węglowodny przyswajalne: 303.45 g; suma cukrów prostych: 80.91 g; Sól: 7.51 g; Sód: 2992.90 mg; Błonnik pokarmowy: 30.05 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Wszystkie oddziały		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Ser topiony - plastry 2szt (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g, Pomidor 100g ,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Zrazy wieprzowe mielone 110g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>), Sos chrzanowy 80g (<i>GLU</i>), Ziemniaki got. 250g , Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 80g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 40g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Pastella 1szt (<i>JAJ</i> , <i>RYB</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i>), Polędwica sopocka 45g , Ogórek konserwowy 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2746.58 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 125.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.68 g; Węglowodny przyswajalne: 290.63 g; suma cukrów prostych: 54.56 g; Sól: 8.12 g; Sód: 3176.18 mg; Błonnik pokarmowy: 30.49 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 45g , Szynkówka firmowa 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.51 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; Węglowodny przyswajalne: 285.26 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3132.48 mg; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g , Polędwica sopocka 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2310.51 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 76.78 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.91 g; Węglowodny przyswajalne: 285.26 g; suma cukrów prostych: 65.66 g; Sól: 7.84 g; Sód: 3132.48 mg; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Pomidor 100g , Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Szynkówka firmowa 35g , Polędwica sopocka 45g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2360.11 kcal; Białko ogółem: 105.48 g; Tłuszcz: 76.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.94 g; Węglowodny przyswajalne: 296.28 g; suma cukrów prostych: 66.34 g; Sól: 7.93 g; Sód: 3167.68 mg; Błonnik pokarmowy: 31.27 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Fasolka szparagowa z bułką tartą 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 45g , Szynkówka firmowa 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
II Śniadanie: Mleko 200g (<i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Margaryna 5g , Kielb. krak. parzona 20g ,		Posiłek nocny: Kiwi 1szt , Zupa mleczna z płatkami owsianymi - kol 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2763.94 kcal; Białko ogółem: 127.65 g; Tłuszcz: 96.38 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 44.56 g; Węglowodny przyswajalne: 326.73 g; suma cukrów prostych: 76.07 g; Sól: 9.13 g; Sód: 3647.01 mg; Błonnik pokarmowy: 40.35 g;

środa 2025-04-30 Jadłospis dla diety: O kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 35g , Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 100g ,	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 200g (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb zwykły 40g (<i>GLU</i>), Chleb razowy 80g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 45g , Szynkówka firmowa 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2318.51 kcal; Białko ogółem: 105.16 g; Tłuszcz: 77.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 37.98 g; Węglowodny przyswajalne: 281.40 g; suma cukrów prostych: 66.66 g; Sól: 8.19 g; Sód: 3273.28 mg; Błonnik pokarmowy: 37.99 g;

środa 2025-04-30		Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (<i>GLU, MLE</i>), Kawa zbożowa z mlekiem 200g (<i>GLU, MLE</i>), Chleb zwykły 120g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Kielb. szynk. wędzona 50g , Pomidor 100g , Serek homog. naturalny 1szt (<i>MLE</i>), Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Polewka z ziemniakami 300g (<i>GLU, MLE</i>), Gulasz drobiowy got. z koncentratem pomidorowym 400g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki got. 250g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój herbaciany 200g ,	Chleb pszenny 100g (<i>GLU</i>), Masło 15g (<i>MLE</i>), Polędwica sopocka 45g , Szynkówka firmowa 35g , Pomidor 100g , Herbata 200g ,
		Posiłek nocny: Kiwi 1szt ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2718.91 kcal; Białko ogółem: 133.15 g; Tłuszcz: 90.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 42.82 g; Węglowodny przyswajalne: 327.09 g; suma cukrów prostych: 82.54 g; Sól: 9.47 g; Sód: 3783.78 mg; Błonnik pokarmowy: 34.30 g;

Dietetyk

.....