Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-22	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Twarożek z rzodkiewką (***MLE,***),	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Schab duszony w jarzynach (N) (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z młodej kapusty z olejem (***SEL,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Krakowska drobiowa , Ogórek świeży, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1984.49 kcal; Białko ogółem: 92.04 g; Tłuszcz: 55.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.2 g; Węglowodany ogółem: 292.41 g; Sacharoza: 42 g; Laktoza: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 19.07 g; Sód: 1207.24 mg;		
poniedziałek 2024-07-22	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Twarożek z pomidorem (***MLE,***),	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Schab duszony w jarzynach (D) (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Brokuł gotowany , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Krakowska drobiowa , Pomidor, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1909.3 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 60.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 262.78 g; Sacharoza: 40.54 g; Laktoza: 19.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g; Sód: 1168.92 mg;		
poniedziałek 2024-07-22	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Twarożek z rzodkiewką (***MLE,***),	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Schab duszony w jarzynach (D) (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z młodej kapusty z olejem (***SEL,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Krakowska drobiowa , Ogórek świeży, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1979.29 kcal; Białko ogółem: 91.8 g; Tłuszcz: 55.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 292.19 g; Sacharoza: 41.62 g; Laktoza: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.77 g; Sód: 1206.24 mg;		
poniedziałek 2024-07-22	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Twarożek z rzodkiewką (***MLE,***), **II Śniadanie:** Kanapka z wędliną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***),	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Schab duszony w jarzynach (D) (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z młodej kapusty z olejem (***SEL,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jabłko ,	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Krakowska drobiowa , Ogórek świeży, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2017.49 kcal; Białko ogółem: 98.45 g; Tłuszcz: 59.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.74 g; Węglowodany ogółem: 298.01 g; Sacharoza: 32 g; Laktoza: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 29.75 g; Sód: 1483.44 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-23	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą manną (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Papryka żółta, , Sałata zielona ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Fasolka po bretońsku (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), BUŁKA ZWYKŁA , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa szynkowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2256.2 kcal; Białko ogółem: 87.77 g; Tłuszcz: 67.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.95 g; Węglowodany ogółem: 351.32 g; Sacharoza: 56.34 g; Laktoza: 11.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.05 g; Sód: 1962.44 mg;		
wtorek 2024-07-23	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą manną (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Papryka żółta, , Sałata zielona ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Spaghetti (D) (***GLU, JAJ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa szynkowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2001.8 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 47.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; Sacharoza: 54.07 g; Laktoza: 11.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g; Sód: 1482.54 mg;		
wtorek 2024-07-23	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą manną (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Papryka żółta, , Sałata zielona ,	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Spaghetti (D) (***GLU, JAJ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa szynkowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2001.8 kcal; Białko ogółem: 79.05 g; Tłuszcz: 47.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 330.17 g; Sacharoza: 54.07 g; Laktoza: 11.75 g; Błonnik pokarmowy: 18.66 g; Sód: 1482.54 mg;		
wtorek 2024-07-23	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z kaszą manną (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Szynka konserwowa z indyka , Papryka żółta, , Sałata zielona , **II Śniadanie:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Krupnik czysty (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Spaghetti (D) (***GLU, JAJ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Kanapka z serem żółtym (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Kiełbasa szynkowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2079.9 kcal; Białko ogółem: 91.83 g; Tłuszcz: 58.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.03 g; Węglowodany ogółem: 320.4 g; Sacharoza: 29.26 g; Laktoza: 19.29 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; Sód: 1819.69 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-24	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (N) (***JAJ, MLE, GOR,***), Ogórek świeży, ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Roladki drobiowe panierowane (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z majonezem (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Rzodkiewka , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2024.22 kcal; Białko ogółem: 90.08 g; Tłuszcz: 66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.23 g; Węglowodany ogółem: 284.91 g; Sacharoza: 56.34 g; Laktoza: 10.71 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; Sód: 2070.39 mg;		
środa 2024-07-24	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (D) (***MLE, SEL,***), Pomidor, ,	Zupa brokułowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Roladki drobiowe duszone (***GLU, JAJ, SEL,***), Ziemniaki , Buraczki gotowane (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1995.55 kcal; Białko ogółem: 85.35 g; Tłuszcz: 66.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.68 g; Węglowodany ogółem: 280.41 g; Sacharoza: 55.45 g; Laktoza: 10.7 g; Błonnik pokarmowy: 19.61 g; Sód: 1730.12 mg;		
środa 2024-07-24	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (D) (***MLE, SEL,***), Ogórek świeży, ,	Zupa kalafiorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Roladki drobiowe duszone (***GLU, JAJ, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Rzodkiewka , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2015.1 kcal; Białko ogółem: 84.31 g; Tłuszcz: 63.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.94 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; Sacharoza: 55.59 g; Laktoza: 10.69 g; Błonnik pokarmowy: 19.37 g; Sód: 1748.17 mg;		
środa 2024-07-24	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta rybno-twarogowa (D) (***MLE, SEL,***), Ogórek świeży, , **II Śniadanie:** Kanapka z wędliną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***),	Zupa kalafiorowa z ryżem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Roladki drobiowe duszone (***GLU, JAJ, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Rzodkiewka , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2118.8 kcal; Białko ogółem: 96.06 g; Tłuszcz: 66.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.53 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; Sacharoza: 30.82 g; Laktoza: 18.19 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g; Sód: 2094.37 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-07-25	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet pieczony z indyka , Ogórek świeży, , Sałata zielona ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gulasz wieprzowy (***GLU, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Surówka z ogórka i papryki konserwowej , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Serek typu wiejskiego (***MLE,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2063.7 kcal; Białko ogółem: 79.39 g; Tłuszcz: 72.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 286.37 g; Sacharoza: 39.12 g; Laktoza: 15.59 g; Błonnik pokarmowy: 20.22 g; Sód: 1794.55 mg;		
czwartek 2024-07-25	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet pieczony z indyka , Pomidor, , Sałata zielona ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gulasz drobiowy (***GLU, JAJ, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Serek typu wiejskiego (***MLE,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1894.75 kcal; Białko ogółem: 84.36 g; Tłuszcz: 49.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.31 g; Węglowodany ogółem: 290.37 g; Sacharoza: 37.85 g; Laktoza: 15.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g; Sód: 1578.65 mg;		
czwartek 2024-07-25	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet pieczony z indyka , Ogórek świeży, , Sałata zielona ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gulasz drobiowy (***GLU, JAJ, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Surówka z ogórka i papryki konserwowej , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Serek typu wiejskiego (***MLE,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1988.65 kcal; Białko ogółem: 84.01 g; Tłuszcz: 60.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.08 g; Węglowodany ogółem: 289.26 g; Sacharoza: 39.36 g; Laktoza: 15.59 g; Błonnik pokarmowy: 20.18 g; Sód: 1852.15 mg;		
czwartek 2024-07-25	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet pieczony z indyka , Ogórek świeży, , Sałata zielona , **II Śniadanie:** Jabłko ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (***GLU, MLE, SEL,***), Gulasz drobiowy (***GLU, JAJ, SEL,***), Kasza jęczmienna (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Surówka z ogórka i papryki konserwowej , Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Kanapka z wędliną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Serek typu wiejskiego (***MLE,***), Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy (***MLE,***),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2026.95 kcal; Białko ogółem: 90.67 g; Tłuszcz: 63.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.64 g; Węglowodany ogółem: 295.09 g; Sacharoza: 29.74 g; Laktoza: 15.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.16 g; Sód: 2130.05 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-07-26	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Ogórek świeży, ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (N) (***SOJ, MLE, SEL,***), Ryba panierowana (***GLU, JAJ, RYB,***), Ziemniaki , Surówka z kiszonej kapusty , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada ustrzycka , Papryka czerwona, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2083.1 kcal; Białko ogółem: 81.88 g; Tłuszcz: 74.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.94 g; Węglowodany ogółem: 286.6 g; Sacharoza: 55.47 g; Laktoza: 9.77 g; Błonnik pokarmowy: 20.32 g; Sód: 1765.88 mg;		
piątek 2024-07-26	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek (***JAJ,***), Pomidor, ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (D) (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Ryba duszona (***GLU, RYB, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (***MLE,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada ustrzycka , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2037.8 kcal; Białko ogółem: 89.49 g; Tłuszcz: 66.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 287.16 g; Sacharoza: 57.45 g; Laktoza: 10.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.6 g; Sód: 1494.67 mg;		
piątek 2024-07-26	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Ogórek świeży, ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (D) (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Ryba duszona (***GLU, RYB, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (***MLE,***), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada ustrzycka , Papryka czerwona, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2028.15 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 65.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.86 g; Węglowodany ogółem: 286.73 g; Sacharoza: 57.56 g; Laktoza: 10.45 g; Błonnik pokarmowy: 21.5 g; Sód: 1509.72 mg;		
piątek 2024-07-26	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (***JAJ, SEL, GOR,***), Ogórek świeży, , **II Śniadanie:** Kanapka z serem białym (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Zupa ogórkowa z ziemniakami (D) (***GLU, SOJ, MLE, SEL,***), Ryba duszona (***GLU, RYB, MLE, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (***MLE,***), Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Rolada ustrzycka , Papryka czerwona, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2075.35 kcal; Białko ogółem: 101.57 g; Tłuszcz: 73.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.61 g; Węglowodany ogółem: 278.67 g; Sacharoza: 33.11 g; Laktoza: 19.09 g; Błonnik pokarmowy: 30.4 g; Sód: 1695.77 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-07-27	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica sopocka , Ogórek kiszony, ,	Zupa jarzynowa z makaronem (***GLU, SEL,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z buraczków z cebulą (N) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1999.5 kcal; Białko ogółem: 78 g; Tłuszcz: 68.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 283.73 g; Sacharoza: 55.17 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 19.63 g; Sód: 1828.53 mg;		
sobota 2024-07-27	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica sopocka , Pomidor, ,	Zupa jarzynowa z makaronem (***GLU, SEL,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Pomidor, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2008.1 kcal; Białko ogółem: 77.42 g; Tłuszcz: 68.9 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 286.86 g; Sacharoza: 56.08 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 20 g; Sód: 1132.28 mg;		
sobota 2024-07-27	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica sopocka , Ogórek kiszony, ,	Zupa jarzynowa z makaronem (***GLU, SEL,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2012.6 kcal; Białko ogółem: 77.97 g; Tłuszcz: 68.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.46 g; Węglowodany ogółem: 287.21 g; Sacharoza: 56.03 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 20.15 g; Sód: 1828.28 mg;		
sobota 2024-07-27	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, kakao b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Polędwica sopocka , Ogórek kiszony, , **II Śniadanie:** Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Zupa jarzynowa z makaronem (***GLU, SEL,***), Pieczeń rzymska drobiowa (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Papryka żółta, , **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2086.2 kcal; Białko ogółem: 87.45 g; Tłuszcz: 84.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 278.2 g; Sacharoza: 31.22 g; Laktoza: 16.9 g; Błonnik pokarmowy: 29.03 g; Sód: 1995.98 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-07-28	**Jadłospis dla diety: podstawowa**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka konserwowa z indyka , Ogórek świeży, , ser fromage (***MLE,***),	Rosół jarski (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet drobiowy panierowany (***GLU, JAJ,***), Ziemniaki , Surówka z brokuła (N) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Papryka żółta, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1997.1 kcal; Białko ogółem: 79.85 g; Tłuszcz: 71.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.83 g; Węglowodany ogółem: 275.31 g; Sacharoza: 54.57 g; Laktoza: .84 g; Błonnik pokarmowy: 20.98 g; Sód: 1245.24 mg;		
niedziela 2024-07-28	**Jadłospis dla diety: łatwostrawna**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , ser fromage (***MLE,***),	Rosół jarski (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet drobiowy duszony (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z brokuła (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Pomidor, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2014.2 kcal; Białko ogółem: 77.85 g; Tłuszcz: 80.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.52 g; Węglowodany ogółem: 261.65 g; Sacharoza: 55.04 g; Laktoza: .84 g; Błonnik pokarmowy: 20.85 g; Sód: 1157.84 mg;		
niedziela 2024-07-28	**Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych**	
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka konserwowa z indyka , Ogórek świeży, , ser fromage (***MLE,***),	Rosół jarski (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet drobiowy duszony (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z brokuła (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Papryka żółta, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2012.2 kcal; Białko ogółem: 77.65 g; Tłuszcz: 80.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.5 g; Węglowodany ogółem: 261.15 g; Sacharoza: 55.04 g; Laktoza: .84 g; Błonnik pokarmowy: 20.7 g; Sód: 1154.84 mg;		
niedziela 2024-07-28	**Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych węglowodanów**	
Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka konserwowa z indyka , Ogórek świeży, , ser fromage (***MLE,***), **II Śniadanie:** Kanapka z serem białym (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	Rosół jarski (***GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), Filet drobiowy duszony (***GLU, SEL,***), Ziemniaki , Surówka z brokuła (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c , **Podwieczorek:** Jogurt naturalny (***MLE,***),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), Szynka parzona wędzona , Papryka żółta, , Jajko (***JAJ,***), **Posiłek nocny:** Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2059.5 kcal; Białko ogółem: 89.68 g; Tłuszcz: 88.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 253.1 g; Sacharoza: 30.59 g; Laktoza: 9.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.6 g; Sód: 1341.59 mg;		