

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , musztarda jednoporcjowa (<i>GOR,</i>),	Zupa brokułowa z ryżem (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kotleć mielony wieprzowy, panierowany (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z majonezem (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Serek typu wiejskiego (<i>MLE,</i>), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2183.19 kcal; Białko ogółem: 82.37 g; Tłuszcz: 87.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.55 g; Węglowodany ogółem: 283.96 g; Sacharoza: 54.56 g; Laktoza: 13.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.82 g; Sód: 1568.07 mg;		
poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , keczup jednoporcjowy ,	Zupa brokułowa z ryżem (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kotleć mielony drobiowy, duszony (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Serek typu wiejskiego (<i>MLE,</i>), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1973.05 kcal; Białko ogółem: 86.07 g; Tłuszcz: 63.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.97 g; Węglowodany ogółem: 278.81 g; Sacharoza: 55.28 g; Laktoza: 13.07 g; Błonnik pokarmowy: 18.83 g; Sód: 1514.17 mg;		
poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , musztarda jednoporcjowa (<i>GOR,</i>),	Zupa brokułowa z ryżem (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kotleć mielony drobiowy, duszony (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Serek typu wiejskiego (<i>MLE,</i>), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2038.19 kcal; Białko ogółem: 85.7 g; Tłuszcz: 73.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 274.23 g; Sacharoza: 53.86 g; Laktoza: 13.07 g; Błonnik pokarmowy: 17.51 g; Sód: 1455.27 mg;		
poniedziałek 2024-07-29 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , musztarda jednoporcjowa (<i>GOR,</i>), II Śniadanie: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),	Zupa brokułowa z ryżem (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kotleć mielony drobiowy, duszony (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczerek: Kanaпка z wędliną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Serek typu wiejskiego (<i>MLE,</i>), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2041.89 kcal; Białko ogółem: 97.45 g; Tłuszcz: 76.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.24 g; Węglowodany ogółem: 264.45 g; Sacharoza: 29.09 g; Laktoza: 20.57 g; Błonnik pokarmowy: 26.39 g; Sód: 1801.47 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona ,	Kapuśniak z kiszanej kapusty (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Risotto z sosem pomidorowym (N) (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Surówka z selera (<i>MLE, SEL,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbasa krakowska wieprzowa , Papryka czerwona, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2051.3 kcal; Białko ogółem: 76.13 g; Tłuszcz: 79.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.97 g; Węglowodany ogółem: 272.24 g; Sacharoza: 37.01 g; Laktoza: 12.47 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Sód: 1797.54 mg;		
wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona ,	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (<i>MLE, SEL,</i>), Risotto z sosem pomidorowym (D) (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Surówka z selera (<i>MLE, SEL,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbasa krakowska wieprzowa , Pomidor, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1988.4 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 55.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 305.96 g; Sacharoza: 38.17 g; Laktoza: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.37 g; Sód: 1564.49 mg;		
wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona ,	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (<i>MLE, SEL,</i>), Risotto z sosem pomidorowym (D) (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Surówka z selera (<i>MLE, SEL,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbasa krakowska wieprzowa , Papryka czerwona, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1988.9 kcal; Białko ogółem: 79.88 g; Tłuszcz: 55.9 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 301.16 g; Sacharoza: 38.17 g; Laktoza: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g; Sód: 1561.49 mg;		
wtorek 2024-07-30		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona , II Śniadanie: Kanapka z serem twarogowym w plastrach (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (<i>MLE, SEL,</i>), Risotto z sosem pomidorowym (D) (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Surówka z selera (<i>MLE, SEL,</i>), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Jabłko ,	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kielbasa krakowska wieprzowa , Papryka czerwona, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2089 kcal; Białko ogółem: 86.51 g; Tłuszcz: 72.5 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.35 g; Węglowodany ogółem: 304.45 g; Sacharoza: 28.51 g; Laktoza: 12.83 g; Błonnik pokarmowy: 34.6 g; Sód: 1660.19 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-07-31 Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-тварогowa (N) (JAJ, MLE, GOR,), Ogórek świeży, ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (GLU, MLE, SEL,), Kotlec z jaj (N) (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemniaki , Kapusta młoda duszona (N) (GLU, MLE,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet drobiowy panierowany (GLU, JAJ,), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2366.11 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 77.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.23 g; Węglowodany ogółem: 347.32 g; Sacharoza: 57.61 g; Laktoza: 11.23 g; Błonnik pokarmowy: 23.35 g; Sód: 1599.42 mg;		
środa 2024-07-31 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-тварогowa (D) (MLE, SEL,), Pomidor, ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (GLU, MLE, SEL,), Kotlec z jaj (D) (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemniaki , brokuł gotowany , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet drobiowy panierowany (GLU, JAJ,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2344.89 kcal; Białko ogółem: 90.39 g; Tłuszcz: 74.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.18 g; Węglowodany ogółem: 348.46 g; Sacharoza: 57.23 g; Laktoza: 11.37 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g; Sód: 1578.4 mg;		
środa 2024-07-31 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-тварогowa (D) (MLE, SEL,), Ogórek świeży, ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (GLU, MLE, SEL,), Kotlec z jaj (D) (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemniaki , Kapusta młoda duszona (D) (GLU, MLE,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet drobiowy panierowany (GLU, JAJ,), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2338.09 kcal; Białko ogółem: 89.92 g; Tłuszcz: 73.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 346.85 g; Sacharoza: 57.21 g; Laktoza: 11.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.64 g; Sód: 1576.5 mg;		
środa 2024-07-31 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-тварогowa (D) (MLE, SEL,), Ogórek świeży, , II Śniadanie: Kanaпка z wędliną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (GLU, MLE, SEL,), Kotlec z jaj (D) (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemniaki , Kapusta młoda duszona (D) (GLU, 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,), Filet drobiowy panierowany (GLU, JAJ,), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2341.79 kcal; Białko ogółem: 101.67 g; Tłuszcz: 77.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 337.07 g; Sacharoza: 32.44 g; Laktoza: 18.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.52 g; Sód: 1922.7 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szyunka konserwowa z indyka, Ogórek świeży, Sałata zielona,	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (N) (GLU, SEL,), Ziemiaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2054.2 kcal; Białko ogółem: 77.15 g; Tłuszcz: 59.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.85 g; Węglowodany ogółem: 317.82 g; Sacharoza: 43.98 g; Laktoza: 19.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.89 g; Sód: 1493.14 mg;		
czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szyunka konserwowa z indyka, Pomidor, Sałata zielona,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki, Brokuł gotowany, Kompot z owoców mieszanych,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1955.5 kcal; Białko ogółem: 79.24 g; Tłuszcz: 49.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.06 g; Węglowodany ogółem: 314.5 g; Sacharoza: 40.5 g; Laktoza: 19.61 g; Błonnik pokarmowy: 18.72 g; Sód: 1159.14 mg;		
czwartek 2024-08-01		
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 płatkami owsianymi (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szyunka konserwowa z indyka, Ogórek świeży, Sałata zielona,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1946.4 kcal; Białko ogółem: 76.79 g; Tłuszcz: 59.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 280.99 g; Sacharoza: 43.41 g; Laktoza: 19.61 g; Błonnik pokarmowy: 17.44 g; Sód: 1491.64 mg;		
czwartek 2024-08-01		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szyunka konserwowa z indyka, Ogórek świeży, Sałata zielona, II Śniadanie: Jabłko,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki, Surówka z ogórka i papryki konserwowej, Kompot z owoców mieszanych b/c, Podwieczorek: Kanaпка z jajkiem (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2001.79 kcal; Białko ogółem: 79.42 g; Tłuszcz: 66.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.39 g; Węglowodany ogółem: 296.8 g; Sacharoza: 33.75 g; Laktoza: 19.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; Sód: 1596.39 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Ogórek kiszony, ,	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba panierowana (<i>GLU, JAJ, RYB,</i>), Ziemiaki , Surówka z kiszonej kapusty , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Ser żółty (60) (<i>JAJ, MLE,</i>), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2189.65 kcal; Białko ogółem: 86.19 g; Tłuszcz: 76.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 307.66 g; Sacharoza: 55.9 g; Laktoza: 9.46 g; Błonnik pokarmowy: 22.34 g; Sód: 2624.23 mg;		
piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Pomidor, ,	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemiaki , Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Serek typu wiejskiego (<i>MLE,</i>), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2014.1 kcal; Białko ogółem: 89.55 g; Tłuszcz: 58.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 301.57 g; Sacharoza: 57.21 g; Laktoza: 12.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.54 g; Sód: 1561.27 mg;		
piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Ogórek kiszony, ,	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemiaki , Surówka z kiszonej kapusty , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Ser żółty (60) (<i>JAJ, MLE,</i>), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2170.65 kcal; Białko ogółem: 93.16 g; Tłuszcz: 76.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.29 g; Węglowodany ogółem: 295.42 g; Sacharoza: 56.78 g; Laktoza: 9.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g; Sód: 2569.18 mg;		
piątek 2024-08-02		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Ogórek kiszony, , II Śniadanie: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemiaki , Surówka z kiszonej kapusty , Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczerek: Kanapka z serem białym (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Ser żółty (60) (<i>JAJ, MLE,</i>), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2217.85 kcal; Białko ogółem: 105.18 g; Tłuszcz: 84.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.04 g; Węglowodany ogółem: 287.36 g; Sacharoza: 32.33 g; Laktoza: 18.28 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; Sód: 2755.23 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-03 Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Ogórek świeży, ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (N) (<i>SOJ, MLE, SEL,</i>), Makaron z mięsem i warzywami (N) (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Surówka z marchwi i jabłka ze śmietaną (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2111.15 kcal; Białko ogółem: 76.54 g; Tłuszcz: 75.1 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.4 g; Węglowodany ogółem: 301.99 g; Sacharoza: 57.51 g; Laktoza: 10.13 g; Błonnik pokarmowy: 22.5 g; Sód: 1820.42 mg;		
sobota 2024-08-03 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Pomidor, ,	Zupa ziemniaczana (<i>SEL,</i>), Makaron z mięsem i warzywami (D) (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR,</i>), Seler gotowany (<i>SEL,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1966.5 kcal; Białko ogółem: 79.68 g; Tłuszcz: 61.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 293.46 g; Sacharoza: 56.51 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik poka mowy: 22.27 g; Sód: 1522.77 mg;		
sobota 2024-08-03 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Ogórek świeży, ,	Zupa ogórkowa z ziemniakami (D) (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL,</i>), Makiaron z mięsem i warzywami (D) (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR,</i>), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1990.05 kcal; Białko ogółem: 81.34 g; Tłuszcz: 56.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.27 g; Węglowodany ogółem: 308.2 g; Sacharoza: 58.39 g; Laktoza: 10.27 g; Błonnik poka mowy: 22.66 g; Sód: 1894.22 mg;		
sobota 2024-08-03 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kakao b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa , Ogórek świeży, , II Śniadanie: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),	Zupa ogórkowa z ziemniakami (D) (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL,</i>), Makiaron z mięsem i warzywami (D) (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR,</i>), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Kanapka z jajkiem (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , Sałata zielona , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2010.94 kcal; Białko ogółem: 89.07 g; Tłuszcz: 63.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.87 g; Węglowodany ogółem: 298.41 g; Sacharoza: 33.58 g; Laktoza: 17.79 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; Sód: 2067.97 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Papryka żółta, ,	Rosół jarski (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym (GLU, MLE,), Ziemniaki , Surówka z buraczków z cebulą (N) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1909.3 kcal; Białko ogółem: 88.05 g; Tłuszcz: 60.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 261.7 g; Sacharoza: 34.68 g; Laktoza: 13.41 g; Błonnik pokarmowy: 16.02 g; Sód: 1791.13 mg;		
niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, ,	Rosół jarski (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym (GLU, MLE,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1921.9 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 60.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 264.98 g; Sacharoza: 35.54 g; Laktoza: 13.41 g; Błonnik pokarmowy: 16.29 g; Sód: 1793.88 mg;		
niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Papryka żółta, ,	Rosół jarski (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym (GLU, MLE,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.4 kcal; Białko ogółem: 88.02 g; Tłuszcz: 60.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.59 g; Węglowodany ogółem: 265.18 g; Sacharoza: 35.54 g; Laktoza: 13.41 g; Błonnik pokarmowy: 16.54 g; Sód: 1790.88 mg;		
niedziela 2024-08-04		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Papryka żółta, , II Śniadanie: Kanapka z serem białym (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Rosół jarski (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Bitki drobiowe w sosie koperkowym (GLU, MLE,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c Podwieczorek: Jabłko ,	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Szynka konserwowa z indyka , Pomidor, , Posiłek nocny: Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) (MLE,),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1996.1 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 68.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 269.42 g; Sacharoza: 26.24 g; Laktoza: 14.55 g; Błonnik pokarmowy: 27.54 g; Sód: 1907.93 mg;		