

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-11-25 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, ,	Zupa ziemniaczana (<i>SEL,</i>), Kotlet mielony wieprzowy, panierowany (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surówka z marchwi i jabłka ze śmietaną (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , serek twarogowy w plastrach (<i>MLE,</i>), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2133 kcal; Białko ogółem: 78.94 g; Tłuszcz: 82.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.83 g; Węglowodany ogółem: 284.88 g; Sacharoza: 56.45 g; Laktoza: 9.76 g; Błonnik pokarmowy: 20.71 g; Sód: 2248.02 mg;		
poniedziałek 2024-11-25 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, ,	Zupa ziemniaczana (<i>SEL,</i>), Kotlet 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>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , serek twarogowy w plastrach (<i>MLE,</i>), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1973.9 kcal; Białko ogółem: 81.84 g; Tłuszcz: 68.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.97 g; Węglowodany ogółem: 272.64 g; Sacharoza: 55.44 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 19.42 g; Sód: 1496.92 mg;		
poniedziałek 2024-11-25 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, ,	Zupa ziemniaczana (<i>SEL,</i>), Kotlet mielony drobiowy, duszony (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surowka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , serek twarogowy w plastrach (<i>MLE,</i>), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1997.9 kcal; Białko ogółem: 82.71 g; Tłuszcz: 68.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.07 g; Węglowodany ogółem: 276.83 g; Sacharoza: 56.6 g; Laktoza: 9.9 g; Błonnik pokarmowy: 19.59 g; Sód: 2196.22 mg;		
poniedziałek 2024-11-25 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwoprzyswajalnych 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>),	Zupa ziemniaczana (<i>SEL,</i>), Kotlet mielony drobiowy, duszony (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surowka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (<i>MLE,</i>), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Kanaпка z serem białym (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Polędwica drobiowa (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), Pomidor, , serek twarogowy w plastrach (<i>MLE,</i>), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2045.1 kcal; Białko ogółem: 94.73 g; Tłuszcz: 76.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.82 g; Węglowodany ogółem: 268.77 g; Sacharoza: 32.15 g; Laktoza: 18.54 g; Błonnik pokarmowy: 28.49 g; Sód: 2382.27 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-11-26		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, Ogórek świeży, Sałata zielona	Zupa kalafiorowa z zacierką (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i>), Kurczak pieczony (<i>SOJ, MLE,</i>), Ziemniaki, Surówka z kapusty włoskiej z jabłkiem (N) (<i>JAJ, GOR,</i>), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Filet pieczony z indyka, Rzodkiewka, Posiłek nocny: Jogurt owocowy (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2183 kcal; Białko ogółem: 92.58 g; Tłuszcz: 90.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 258.38 g; Sacharoza: 36.75 g; Laktoza: 11.78 g; Błonnik pokarmowy: 16.61 g; Sód: 1172.4 mg;		
wtorek 2024-11-26		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, Pomidor, Sałata zielona	Rosół z zacierką (<i>GLU, JAJ, SEL,</i>), Kurczak gotowany (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki, Brokuł gotowany, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Filet pieczony z indyka, Pomidor, Posiłek nocny: Jogurt owocowy (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1977.5 kcal; Białko ogółem: 94.41 g; Tłuszcz: 66.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.7 g; Węglowodany ogółem: 257.67 g; Sacharoza: 34.19 g; Laktoza: 11.76 g; Błonnik pokarmowy: 17.11 g; Sód: 1120.99 mg;		
wtorek 2024-11-26		
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 płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, Ogórek świeży, Sałata zielona	Zupa kalafiorowa z zacierką (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i>), Kurczak gotowany (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki, Surówka z kapusty włoskiej z jabłkiem (D), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Filet pieczony z indyka, Rzodkiewka, Posiłek nocny: Jogurt owocowy (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2127 kcal; Białko ogółem: 93.14 g; Tłuszcz: 82.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.73 g; Węglowodany ogółem: 261.97 g; Sacharoza: 35.87 g; Laktoza: 11.78 g; Błonnik pokarmowy: 17.56 g; Sód: 1149.29 mg;		
wtorek 2024-11-26		
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 płatkami owsianymi (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Kiełbasa krakowska wieprzowa, Ogórek świeży, Sałata zielona II Śniadanie: Kanaпка z jajkiem (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Zupa kalafiorowa z zacierką (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i>), Kurczak gotowany (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki, Surówka z kapusty włoskiej z jabłkiem (D), Kompot z owoców mieszanych b/c Podwieczerek: Jabłko	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Filet pieczony z indyka, Rzodkiewka, Posiłek nocny: Jogurt owocowy (bez dodatku cukru) (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2174.39 kcal; Białko ogółem: 98.02 g; Tłuszcz: 90.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.9 g; Węglowodany ogółem: 264.48 g; Sacharoza: 26.21 g; Laktoza: 11.8 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sód: 1254.04 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , musztarda jednoporcjowa (GOR,),	Kapuśniak z kiszanej kapusty (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Spaghetti (N) (GLU, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Szyunka konserwowa z indyka , Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2144.54 kcal; Białko ogółem: 80.01 g; Tłuszcz: 79.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; Węglowodany ogółem: 291.45 g; Sacharoza: 53.65 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik poka mowy: 16.81 g; Sód: 1290.77 mg;		
środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , keczup jednoporcjowy ,	Zupa ziemniaczana (SEL,), Spaghetti (D) (GLU, JAJ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Szyunka konserwowa z indyka , Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1894.2 kcal; Białko ogółem: 81.8 g; Tłuszcz: 52.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.54 g; Węglowodany ogółem: 284.54 g; Sacharoza: 53.1 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik poka mowy: 15.08 g; Sód: 1073.52 mg;		
środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , musztarda jednoporcjowa (GOR,),	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (MLE, SEL,), Spaghetti (D) (GLU, JAJ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Szyunka konserwowa z indyka , Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1957.24 kcal; Białko ogółem: 84.6 g; Tłuszcz: 54.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 297.11 g; Sacharoza: 53.85 g; Laktoza: 9.76 g; Błonnik poka mowy: 17.45 g; Sód: 1080.82 mg;		
środa 2024-11-27 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbaski cienkie z filetem , Pomidor, , musztarda jednoporcjowa (GOR,), II Śniadanie: Jogurt naturalny (MLE,),	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (MLE, SEL,), Spaghetti (C) (GLU, JAJ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Kanaпка z serem żółtym (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Szyunka konserwowa z indyka , Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2012.04 kcal; Białko ogółem: 100.01 g; Tłuszcz: 64.6 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.37 g; Węglowodany ogółem: 279.49 g; Sacharoza: 28.96 g; Laktoza: 17.3 g; Błonnik poka mowy: 24.01 g; Sód: 1404.47 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-11-28		
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,), Polędwica sopocka , Rzodkiewka ,	Zupa pomidorowa z makaronem (N) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (N) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Marchew oprószana z groszkiem (GLU, SOJ, MLE,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-twarogowa (N) (JAJ, MLE, GOR,), Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2086.72 kcal; Białko ogółem: 81.79 g; Tłuszcz: 61.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.39 g; Węglowodany ogółem: 322.28 g; Sacharoza: 60.04 g; Laktoza: 13.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sód: 1534.31 mg;		
czwartek 2024-11-28		
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,), Polędwica sopocka , Pomidor, ,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Marchew oprószana (GLU, SOJ, MLE,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-twarogowa (D) (MLE, SEL,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2108.2 kcal; Białko ogółem: 81.9 g; Tłuszcz: 65.1 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.65 g; Węglowodany ogółem: 320 g; Sacharoza: 58.77 g; Laktoza: 13.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; Sód: 1487.29 mg;		
czwartek 2024-11-28		
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,), Polędwica sopocka , Rzodkiewka ,	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Marchew oprószana (GLU, SOJ, MLE,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-twarogowa (D) (MLE, SEL,), Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2101.4 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 64.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.61 g; Węglowodany ogółem: 318.39 g; Sacharoza: 58.75 g; Laktoza: 13.06 g; Błonnik pokarmowy: 23.94 g; Sód: 1485.39 mg;		
czwartek 2024-11-28		
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 kaszą manną (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Polędwica sopocka , Rzodkiewka , II Śniadanie: Jogurt naturalny (MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem (D) (GLU, MLE, SEL, GOR,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (MLE,), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Kanapka z wędliną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Masło, pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Pasta ryбно-twarogowa (D) (MLE, SEL,), Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2025.6 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 62.5 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 301.33 g; Sacharoza: 34.27 g; Laktoza: 21.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.26 g; Sód: 1793.29 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Twarożek z rzodkiewką (MLE,),	Barszcz ukraiński (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ryba po grecku (N) (GLU, RYB, SEL, GOR,), Ziemniaki , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada ustrzycka , Ogórek świeży, , Jajko (JAJ,), Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2080.15 kcal; Białko ogółem: 110.88 g; Tłuszcz: 64.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.07 g; Węglowodany ogółem: 285.96 g; Sacharoza: 44.38 g; Laktoza: 21.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.49 g; Sód: 1261.88 mg;</p>		
piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Twarożek z pomidorem (MLE,),	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (GLU, MLE, SEL,), Ryba po grecku (D) (GLU, RYB, SEL, GOR,), Ziemniaki , Brokuł gotowany , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), serek twarogowy w plastrach (MLE,), Pomidor, , Jajko (JAJ,), Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2001.55 kcal; Białko ogółem: 99.85 g; Tłuszcz: 57.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.23 g; Węglowodany ogółem: 288.61 g; Sacharoza: 42.17 g; Laktoza: 20.9 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g; Sód: 1218.23 mg;</p>		
piątek 2024-11-29 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,),	Barszcz ukraiński (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ryba po grecku (D) (GLU, RYB, SEL, GOR,), Ziemniaki , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada ustrzycka , Ogórek świeży, , Jajko (JAJ,), Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2067.35 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 64.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.04 g; Węglowodany ogółem: 282.99 g; Sacharoza: 43.97 g; Laktoza: 21.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.95 g; Sód: 1234.38 mg;</p>		
piątek 2024-11-29 Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Twarożek z rzodkiewką (MLE,), II Śniadanie: Jabłko ,	Barszcz ukraiński (GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ryba po grecku (D) (GLU, RYB, SEL, GOR,), Ziemniaki , Surówka z kapusty pekińskiej z olejem , Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczerek: Kanapka z serkiem twarogowym w plastrach (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Masło, pieczywo razowe, herbata z cytryną b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada ustrzycka , Ogórek świeży, , Jajko (JAJ,), Posiłek nocny: Jogurt naturalny (MLE,),
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 2175.35 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 79.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.67 g; Węglowodany ogółem: 289.57 g; Sacharoza: 34.31 g; Laktoza: 21.54 g; Błonnik pokarmowy: 35.93 g; Sód: 1332.38 mg;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-11-30		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Papryka czerwona, ,	Krupnik czysty (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Pulpet drobiowy (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemiaki , 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,), Filet pieczony z indyka , ser topiony (17,5g)(2 porcje) (MLE,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2047.2 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 60.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 312.47 g; Sacharoza: 55.5 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g; Sód: 1534.07 mg;		
sobota 2024-11-30		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, ,	Krupnik czysty (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Pulpet drobiowy (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemiaki , Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet pieczony z indyka , ser topiony (17,5g)(2 porcje) (MLE,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1940 kcal; Białko ogółem: 80.49 g; Tłuszcz: 48.6 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.25 g; Węglowodany ogółem: 313.87 g; Sacharoza: 56.41 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g; Sód: 1534.17 mg;		
sobota 2024-11-30		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kakao, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Papryka czerwona, ,	Krupnik czysty (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Pulpet drobiowy (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemiaki , 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,), Filet pieczony z indyka , ser topiony (17,5g)(2 porcje) (MLE,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2025.9 kcal; Białko ogółem: 81.09 g; Tłuszcz: 58.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.95 g; Węglowodany ogółem: 311.47 g; Sacharoza: 55.01 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 22 g; Sód: 1474.17 mg;		
sobota 2024-11-30		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kakao b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Papryka czerwona, , II Śniadanie: Kanaпка z serem białym (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Krupnik czysty (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Pulpet drobiowy (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Ziemiaki , 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,), Filet pieczony z indyka , ser topiony (17,5g)(2 porcje) (MLE,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2073.2 kcal; Białko ogółem: 93.12 g; Tłuszcz: 66.2 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.7 g; Węglowodany ogółem: 303.42 g; Sacharoza: 30.56 g; Laktoza: 18.04 g; Błonnik pokarmowy: 30.9 g; Sód: 1660.92 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-12-01		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Polędwica sopocka , Ogórek kiszony, ,	Rosół z makaronem (GLU, SEL,), Filet drobiowy panierowany (GLU, JAJ,), 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,), Twarożek z pomidorem (MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2045.95 kcal; Białko ogółem: 94.54 g; Tłuszcz: 57.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.74 g; Węglowodany ogółem: 302.46 g; Sacharoza: 55.08 g; Laktoza: 12.86 g; Błonnik pokarmowy: 19.33 g; Sód: 1887.58 mg;		
niedziela 2024-12-01		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Polędwica sopocka , Pomidor, ,	Rosół z makaronem (GLU, SEL,), Filet drobiowy duszony (GLU, SEL,), 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,), Twarożek z pomidorem (MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1990.35 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 57.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 294.16 g; Sacharoza: 57.1 g; Laktoza: 12.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.63 g; Sód: 1116.73 mg;		
niedziela 2024-12-01		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Polędwica sopocka , Ogórek kiszony, ,	Rosół z makaronem (GLU, SEL,), Filet drobiowy duszony (GLU, SEL,), 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,), Twarożek z pomidorem (MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1994.35 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 57.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.71 g; Węglowodany ogółem: 294.31 g; Sacharoza: 57.05 g; Laktoza: 12.86 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g; Sód: 1815.73 mg;		
niedziela 2024-12-01		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Masło, pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Polędwica sopocka , Ogórek kiszony, , II Śniadanie: Kanaпка z jajkiem (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Rosół z makaronem (GLU, SEL,), Filet drobiowy duszony (GLU, SEL,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Kanaпка 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,), Twarożek z pomidorem (MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1995.24 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 63.1 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.08 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; Sacharoza: 26.97 g; Laktoza: 12.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.03 g; Sód: 2226.18 mg;		