

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-02-25		
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,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, , Sałata zielona ,	Zupa kalafiorowa z makaronem (GLU, SOJ, MLE, SEL,), Schab duszony w jarzynach (N) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Surówka z kapusty czerwonej z majonezem (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Sałatka jarzynowa (N) (JAJ, GOR,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2249.7 kcal; Białko ogółem: 68.7 g; Tłuszcz: 91.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.22 g; Węglowodany ogółem: 310.4 g; Sacharoza: 58.47 g; Laktoza: 11.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.39 g; Sód: 1788.24 mg;		
wtorek 2025-02-25		
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,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, , Sałata zielona ,	Zupa brokułowa z makaronem (GLU, SOJ, MLE, SEL,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Marchew gotowana , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Sałatka jarzynowa (D) (JAJ, MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1958.15 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 58.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 308.72 g; Sacharoza: 58.82 g; Laktoza: 12.62 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sód: 1694.09 mg;		
wtorek 2025-02-25		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata z cytryną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z płatkami owsianymi (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, , Sałata zielona ,	Zupa kalafiorowa z makaronem (GLU, SOJ, MLE, SEL,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Sałatka jarzynowa (D) (JAJ, MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2025.6 kcal; Białko ogółem: 71.31 g; Tłuszcz: 73.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.44 g; Węglowodany ogółem: 306.44 g; Sacharoza: 57.51 g; Laktoza: 12.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Sód: 1655.24 mg;		
wtorek 2025-02-25		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. rośl., 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,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, , Sałata zielona , II Śniadanie: Jogurt naturalny (MLE,),	Zupa kalafiorowa z makaronem (GLU, SOJ, MLE, SEL,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemiaki , Surówka z kapusty czerwonej z olejem (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczerek: Kanapka z wędliną (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Sałatka jarzynowa (D) (JAJ, MLE,), Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2027.2 kcal; Białko ogółem: 83.02 g; Tłuszcz: 77.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.03 g; Węglowodany ogółem: 296.08 g; Sacharoza: 32.72 g; Laktoza: 20.13 g; Błonnik pokarmowy: 33.52 g; Sód: 2001.84 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szynka konserwowa 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 marchwi i jabłka ze śmietaną (MLE,), Kompot z owoców mieszanych,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbasa krakowska wieprzowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2155.1 kcal; Białko ogółem: 73.34 g; Tłuszcz: 70.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 329.76 g; Sacharoza: 59.02 g; Laktoza: 12.65 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; Sód: 1143.85 mg;		
czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szynka konserwowa 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 mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbasa krakowska wieprzowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2051.15 kcal; Białko ogółem: 77.96 g; Tłuszcz: 56.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.73 g; Węglowodany ogółem: 329.99 g; Sacharoza: 58.41 g; Laktoza: 12.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.19 g; Sód: 1202.25 mg;		
czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą manną (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Szynka konserwowa 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 marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (MLE,), Kompot z owoców mieszanych,	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbasa krakowska wieprzowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2031.05 kcal; Białko ogółem: 78.18 g; Tłuszcz: 59.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.15 g; Węglowodany ogółem: 334.51 g; Sacharoza: 59.66 g; Laktoza: 12.79 g; Błonnik pokarmowy: 25.3 g; Sód: 1203.15 mg;		
czwartek 2025-02-27		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata 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, Ogórek świeży, Sałata zielona, II Śniadanie: Kanapka z jajkiem (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (GLU, MLE, SEL,), Gulasz drobiowy (GLU, JAJ, SEL,), Kasza jęczmienna (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem naturalnym (MLE,), Kompot z owoców mieszanych b/c, Podwieczorek: Jogurt naturalny (MLE,),	Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kielbasa krakowska wieprzowa, Pomidor, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2047.54 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 66.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.75 g; Węglowodany ogółem: 323.54 g; Sacharoza: 34.81 g; Laktoza: 20.31 g; Błonnik pokarmowy: 33.94 g; Sód: 1376.3 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-02-28		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Rzodkiewka	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba panierowana (<i>GLU, JAJ, RYB,</i>), Ziemniaki, Surówka z kiszanej kapusty, Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Rolada ustrzycka, Ogórek świeży, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1994.45 kcal; Białko ogółem: 82.43 g; Tłuszcz: 66.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.91 g; Węglowodany ogółem: 281.73 g; Sacharoza: 40.38 g; Laktoza: 7.5 g; Błonnik pokarmowy: 19.82 g; Sód: 1412.55 mg;		
piątek 2025-02-28		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<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>), Ziemniaki, Seler gotowany (<i>SEL,</i>), Kompot z owoców mieszanych	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), serek twarogowy w plastrach (<i>MLE,</i>), Pomidor, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1967.3 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 68.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.45 g; Węglowodany ogółem: 271.85 g; Sacharoza: 40.94 g; Laktoza: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 21.12 g; Sód: 1145.79 mg;		
piątek 2025-02-28		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Rzodkiewka	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki, Surówka z kiszanej kapusty, Kompot z owoców mieszanych	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Rolada ustrzycka, Ogórek świeży, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1937.85 kcal; Białko ogółem: 89.5 g; Tłuszcz: 69.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 4.78 g; Węglowodany ogółem: 270.67 g; Sacharoza: 41.3 g; Laktoza: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.36 g; Sód: 1358.1 mg;		
piątek 2025-02-28		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta z jajek ze szczypiorkiem (<i>JAJ, SEL, GOR,</i>), Rzodkiewka II Śniadanie: Kanaпка z serem twarogowym w plastrach (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Krupnik czysty (<i>GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki, Surówka z kiszanej kapusty, Kompot z owoców mieszanych b/c Podwieczorek: Jabłko	Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Rolada ustrzycka, Ogórek świeży, Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 1989.08 kcal; Białko ogółem: 93.78 g; Tłuszcz: 75.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.29 g; Węglowodany ogółem: 276.08 g; Sacharoza: 31.6 g; Laktoza: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 31.1 g; Sód: 1456.2 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-03-02		
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,), Ogórek świeży, , Ser biały (50) (MLE,),	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Filet drobiowy panierowany (GLU, JAJ,), Ziemniaki , Surówka z kalafiora (N) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa , Ogórek kiszony, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2054.5 kcal; Białko ogółem: 94.26 g; Tłuszcz: 52.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.67 g; Węglowodany ogółem: 316.8 g; Sacharoza: 53.92 g; Laktoza: 10.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.11 g; Sód: 2240.72 mg;		
niedziela 2025-03-02		
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, , Ser biały (50) (MLE,),	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Filet drobiowy duszony (GLU, SEL,), Ziemniaki , Surówka z kalafiora (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa , Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1986.9 kcal; Białko ogółem: 91.91 g; Tłuszcz: 51.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.66 g; Węglowodany ogółem: 305.39 g; Sacharoza: 55.03 g; Laktoza: 10.95 g; Błonnik pokarmowy: 20.13 g; Sód: 1469.82 mg;		
niedziela 2025-03-02		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, kawa (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Ogórek świeży, , Ser biały (50) (MLE,),	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Filet drobiowy duszony (GLU, SEL,), Ziemniaki , Surówka z kalafiora (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa , Ogórek kiszony, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1948.6 kcal; Białko ogółem: 92.31 g; Tłuszcz: 54.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.98 g; Węglowodany ogółem: 305.43 g; Sacharoza: 55 g; Laktoza: 10.95 g; Błonnik pokarmowy: 19.75 g; Sód: 2169.12 mg;		
niedziela 2025-03-02		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. rośl., pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kiełbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Ogórek świeży, , Ser biały (50) (MLE,), II Śniadanie: Kanapka z serem żółtym (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Filet drobiowy duszony (GLU, SEL,), Ziemniaki , Surówka z kalafiora (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Jogurt naturalny (MLE,),	Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Krakowska drobiowa , Ogórek kiszony, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2124.4 kcal; Białko ogółem: 105.03 g; Tłuszcz: 65.5 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.07 g; Węglowodany ogółem: 320.06 g; Sacharoza: 30.17 g; Laktoza: 18.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.51 g; Sód: 2505.27 mg;		