

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-02		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta ryбно-twarogowa (N) (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Ogórek kiszony, ,	Zupa jarzynowa z zacierką (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i>), Filet drobiowy panierowany (<i>GLU, JAJ,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem (N) (<i>JAJ, MLE, GOR,</i>), Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Schab kruchy z kotła , Papryka czerwona, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2024.97 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 59.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.58 g; Węglowodany ogółem: 300.92 g; Sacharoza: 56.93 g; Laktoza: 10.7 g; Błonnik pokarmowy: 21.1 g; Sód: 2201.14 mg;		
środa 2025-04-02		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta ryбно-twarogowa (D) (<i>MLE, SEL,</i>), Pomidor, ,	Zupa brokułowa z makaronem (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL,</i>), Filet drobiowy duszony (<i>GLU, 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>), Schab kruchy z kotła , Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2019.15 kcal; Białko ogółem: 83.55 g; Tłuszcz: 64.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.08 g; Węglowodany ogółem: 294.28 g; Sacharoza: 56.47 g; Laktoza: 10.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.33 g; Sód: 1415.42 mg;		
środa 2025-04-02		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. roślin., pieczywo mieszane, kawa (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta ryбно-twarogowa (D) (<i>MLE, SEL,</i>), Ogórek kiszony, ,	Zupa jarzynowa z zacierką (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i>), Filet drobiowy duszony (<i>GLU, SEL,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Schab kruchy z kotła , Papryka czerwona, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2079.15 kcal; Białko ogółem: 86.93 g; Tłuszcz: 68.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.48 g; Węglowodany ogółem: 313.07 g; Sacharoza: 57.35 g; Laktoza: 10.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Sód: 2082.42 mg;		
środa 2025-04-02		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. roślin., pieczywo razowe, kawa b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Pasta ryбно-twarogowa (D) (<i>MLE, SEL,</i>), Ogórek kiszony, , II Śniadanie: Kanaпка z wędliną (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa jarzynowa z zacierką (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL,</i>), Filet drobiowy duszony (<i>GLU, SEL,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty pekińskiej z jabłkiem (D) , Kompot z owoców mieszanych b/c , Podwieczorek: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),	Marg. roślin., pieczywo razowe, herbata b/c (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Schab kruchy z kotła , Papryka czerwona, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2080.65 kcal; Białko ogółem: 98.63 g; Tłuszcz: 72.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.07 g; Węglowodany ogółem: 302.7 g; Sacharoza: 32.56 g; Laktoza: 17.84 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sód: 2428.32 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-03		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Krakowska drobiowa , Ogórek świeży, ,	Kapuśniak z kiszanej kapusty (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Kotlet mielony wieprzowy, panierowany (GLU, JAJ,), Ziemniaki , Surówka z buraczków z cebulą (N) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2239.65 kcal; Białko ogółem: 78.57 g; Tłuszcz: 91.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.34 g; Węglowodany ogółem: 295 g; Sacharoza: 55.59 g; Laktoza: 15.05 g; Błonnik pokarmowy: 20.51 g; Sód: 1795.1 mg;		
czwartek 2025-04-03		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Krakowska drobiowa , Pomidor, ,	Zupa ziemniaczana (SEL,), Kotlet mielony drobiowy, duszony (GLU, JAJ,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Pomidor, , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1942.85 kcal; Białko ogółem: 78.59 g; Tłuszcz: 63.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.45 g; Węglowodany ogółem: 280.79 g; Sacharoza: 56.07 g; Laktoza: 15.05 g; Błonnik pokarmowy: 18.51 g; Sód: 1478.75 mg;		
czwartek 2025-04-03		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą kuku rydzianą (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Krakowska drobiowa , Ogórek świeży, ,	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (MLE, SEL,), Kotlet mielony drobiowy, duszony (GLU, JAJ,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. rośl., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1979.95 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 67.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.89 g; Węglowodany ogółem: 294.7 g; Sacharoza: 56.84 g; Laktoza: 15.41 g; Błonnik pokarmowy: 21 g; Sód: 1484.75 mg;		
czwartek 2025-04-03		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. rośl., pieczywo razowe, herbata b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,), Krakowska drobiowa , Ogórek świeży, , II Śniadanie: Jogurt naturalny (MLE,),	Kapuśniak z włoskiej kapusty (D) (MLE, SEL,), Kotlet mielony drobiowy, duszony (GLU, JAJ,), Ziemniaki , Surówka z buraka i jabłka (D) , Kompot z owoców w mieszanych b/c , Podwieczorek: 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,), Serek typu wiejskiego (MLE,), Rzodkiewka , Posiłek nocny: Jabłko ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1979.35 kcal; Białko ogółem: 93.58 g; Tłuszcz: 71.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.48 g; Węglowodany ogółem: 283.75 g; Sacharoza: 32.03 g; Laktoza: 22.91 g; Błonnik pokarmowy: 29.64 g; Sód: 1831.05 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-04		
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>), Pomidor, ,	Barszcz ukraiński (<i>GLU, MLE, ORZ, SEL, GOR,</i>), Ryba panierowana (<i>GLU, JAJ, RYB,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty włoskiej z jabłkiem (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Ser żółty (60) (<i>JAJ, MLE,</i>), Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2217.8 kcal; Białko ogółem: 96.67 g; Tłuszcz: 78.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.4 g; Węglowodany ogółem: 300.9 g; Sacharoza: 42.47 g; Laktoza: 17.5 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sód: 1744.47 mg;		
piątek 2025-04-04		
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, ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (<i>GLU, MLE, SEL,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki , Brokuł gotowany , 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: 2044.45 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 65.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.7 g; Węglowodany ogółem: 289.91 g; Sacharoza: 41.91 g; Laktoza: 17.62 g; Błonnik pokarmowy: 21.78 g; Sód: 1188.28 mg;		
piątek 2025-04-04		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. roślin., 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, ,	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (<i>GLU, MLE, SEL,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty włoskiej z jabłkiem (D) , Kompot z owoców mieszanych ,	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), Ser żółty (60) (<i>JAJ, MLE,</i>), Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2168.65 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 81.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.23 g; Węglowodany ogółem: 293.24 g; Sacharoza: 43.58 g; Laktoza: 17.68 g; Błonnik pokarmowy: 22.09 g; Sód: 1690.48 mg;		
piątek 2025-04-04		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. roślin., 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>), Pomidor, , II Śniadanie: Kanapka z serem białym (<i>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</i>),	Barszcz czerwony (z ziemniakami) (<i>GLU, MLE, SEL,</i>), Ryba duszona (<i>GLU, RYB, MLE, SEL,</i>), Ziemniaki , Surówka z kapusty włoskiej z jabłkiem (D) , 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>), Ser żółty (60) (<i>JAJ, MLE,</i>), Ogórek świeży, , Posiłek nocny: Jogurt naturalny (<i>MLE,</i>),
Wartości odżywcze: Energia kc: 2248.15 kcal; Białko ogółem: 106.21 g; Tłuszcz: 89.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.95 g; Węglowodany ogółem: 300.19 g; Sacharoza: 34.26 g; Laktoza: 18.82 g; Błonnik pokarmowy: 32.97 g; Sód: 1807.23 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: podstawowa		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet pieczony z indyka, Papryka żółta,	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Schab duszony w jarzynach (N) (GLU, SEL,), Ziemniaki, Surówka z brokuła (N), Kompot z owoców mieszanych,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Ogórek świeży, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2037.2 kcal; Białko ogółem: 81.27 g; Tłuszcz: 60.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.68 g; Węglowodany ogółem: 311.4 g; Sacharoza: 57.09 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 22.95 g; Sód: 1449.62 mg;		
niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: łatwostrawna		
Masło, pieczywo mieszane, kawa, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet pieczony z indyka, Pomidor,	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemniaki, Surówka z brokuła (D), Kompot z owoców mieszanych,	Masło, pieczywo mieszane, herbata, (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Pomidor, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2013.8 kcal; Białko ogółem: 80.9 g; Tłuszcz: 70.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.38 g; Węglowodany ogółem: 283.15 g; Sacharoza: 56.07 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 21.84 g; Sód: 1432.82 mg;		
niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych		
Marg. roślin., pieczywo mieszane, kawa (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet pieczony z indyka, Papryka żółta,	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemniaki, Surówka z brokuła (D), Kompot z owoców mieszanych,	Marg. roślin., pieczywo mieszane, herbata (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Jajko (JAJ,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Ogórek świeży, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1972 kcal; Białko ogółem: 80.75 g; Tłuszcz: 72.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.7 g; Węglowodany ogółem: 283.24 g; Sacharoza: 56.09 g; Laktoza: 9.4 g; Błonnik pokarmowy: 21.81 g; Sód: 1430.12 mg;		
niedziela 2025-04-06		
Jadłospis dla diety: z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Marg. roślin., pieczywo razowe, kawa b/c (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet pieczony z indyka, Papryka żółta, II Śniadanie: Kanaпка z serem twarogowym w plastrach (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	Rosół z zacierką (GLU, JAJ, SEL,), Schab duszony w jarzynach (D) (GLU, SEL,), Ziemniaki, Surówka z brokuła (D), 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,), Jajko (JAJ,), Kielbasa szynkowa (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Ogórek świeży, Posiłek nocny: Jabłko,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2090.83 kcal; Białko ogółem: 90.17 g; Tłuszcz: 78.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.24 g; Węglowodany ogółem: 298.63 g; Sacharoza: 31.26 g; Laktoza: 16.9 g; Błonnik pokarmowy: 30.57 g; Sód: 1596.82 mg;		