

Jadłospisy dla oddziałów

USK1 W SZCZECINIE		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), papryka świeża 100 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2421.93 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 90.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; suma cukrów prostych: 69.18 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g; Sól: 17.94 g; WW: 27.7 Por; Cholesterol: 482.47 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa Broniewskiego		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 250 g, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE,</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2716.7 kcal; Białko ogółem: 117.78 g; Tłuszcz: 96.02 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.75 g; Węglowodany ogółem: 360.7 g; suma cukrów prostych: 88.41 g; Błonnik pokarmowy: 44.42 g; Sól: 18.26 g; WW: 32.05 Por; Cholesterol: 502.47 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>), rzodkiewka 40 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2294.5 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 81.27 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.97 g; Węglowodany ogółem: 294.36 g; suma cukrów prostych: 56.9 g; Błonnik pokarmowy: 39.02 g; Sól: 7.99 g; WW: 25.78 Por; Cholesterol: 341.27 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (10-18 lat)		
bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL,</u>),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2305.81 kcal; Białko ogółem: 101.56 g; Tłuszcz: 68.51 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.44 g; Węglowodany ogółem: 341.75 g; suma cukrów prostych: 95.72 g; Błonnik pokarmowy: 24.92 g; Sól: 6.33 g; WW: 31.92 Por; Cholesterol: 218.71 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa hematologiczna dziecięca		
bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	bulka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU, _</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , rukola 20 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL, _</u>),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2375.4 kcal; Białko ogółem: 102.53 g; Tłuszcz: 67.57 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.73 g; Węglowodany ogółem: 360.41 g; suma cukrów prostych: 97.32 g; Błonnik pokarmowy: 25.33 g; Sól: 5.26 g; WW: 33.74 Por; Cholesterol: 214.05 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2596.48 kcal; Białko ogółem: 114.25 g; Tłuszcz: 83.44 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.04 g; Węglowodany ogółem: 356.57 g; suma cukrów prostych: 61.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.74 g; Sól: 6.92 g; WW: 33.23 Por; Cholesterol: 346.93 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), naleśniki z serem 120 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 50 ml (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL, _</u>),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1547.12 kcal; Białko ogółem: 70.99 g; Tłuszcz: 56.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 27.84 g; Węglowodany ogółem: 196.93 g; suma cukrów prostych: 78.51 g; Błonnik pokarmowy: 23.82 g; Sól: 3.8 g; WW: 17.5 Por; Cholesterol: 174.06 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (4-9 lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR, _</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ, _</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml , pomidor 100 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL, _</u>),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g ,		Posiłek nocny: jabłko 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1958.47 kcal; Białko ogółem: 90.14 g; Tłuszcz: 64.86 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.5 g; Węglowodany ogółem: 269.22 g; suma cukrów prostych: 94.71 g; Błonnik pokarmowy: 27.4 g; Sól: 3.99 g; WW: 24.41 Por; Cholesterol: 213.45 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dziecięca (10-18lat)		
chleb pszenno-krojący 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy b/c 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	chleb pszenno-krojący 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, pomidor 100 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL</u>),
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: jabłko 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2515.27 kcal; Białko ogółem: 112.94 g; Tłuszcz: 71.61 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.84 g; Węglowodany ogółem: 371.69 g; suma cukrów prostych: 107.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.64 g; Sól: 5.63 g; WW: 34.42 Por; Cholesterol: 233.45 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), szczypiorek 20 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2384.11 kcal; Białko ogółem: 117.08 g; Tłuszcz: 82.3 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.92 g; Węglowodany ogółem: 303.29 g; suma cukrów prostych: 55.76 g; Błonnik pokarmowy: 44.39 g; Sól: 8.89 g; WW: 26.12 Por; Cholesterol: 297.89 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), szczypiorek 20 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, rukola 20 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 20 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty gouda 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2089.11 kcal; Białko ogółem: 101.8 g; Tłuszcz: 85.87 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.49 g; Węglowodany ogółem: 238.96 g; suma cukrów prostych: 63.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.25 g; Sól: 7.63 g; WW: 20.72 Por; Cholesterol: 602.55 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (10-18lat)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, rukola 20 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, sałata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty gouda 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2366.31 kcal; Białko ogółem: 110.2 g; Tłuszcz: 87.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.85 g; Węglowodany ogółem: 299.92 g; suma cukrów prostych: 67.01 g; Błonnik pokarmowy: 43.85 g; Sól: 9.15 g; WW: 25.88 Por; Cholesterol: 603.75 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow.		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, szczypiorek 20 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml,	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), papryka świeża 100 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2251.74 kcal; Białko ogółem: 110.47 g; Tłuszcz: 79.45 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.54 g; Węglowodany ogółem: 284.06 g; suma cukrów prostych: 44.25 g; Błonnik pokarmowy: 45.76 g; Sól: 18.66 g; WW: 24.11 Por; Cholesterol: 306.29 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. bogatobiałkowa (2800)		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sałata zielona 8 g, szczypiorek 20 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, rukola 20 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Podwieczorek: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2689.8 kcal; Białko ogółem: 129.71 g; Tłuszcz: 98.53 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.61 g; Węglowodany ogółem: 330.97 g; suma cukrów prostych: 62.95 g; Błonnik pokarmowy: 45.85 g; Sól: 19.18 g; WW: 28.81 Por; Cholesterol: 371.37 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. i łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), twaróg krajanka 100 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), dynia gotowana 100 g, szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml,
II Śniadanie: chleb pszenny krojony 30 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2005.42 kcal; Białko ogółem: 90.54 g; Tłuszcz: 55.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 289.26 g; suma cukrów prostych: 31.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.89 g; Sól: 6.14 g; WW: 26.09 Por; Cholesterol: 204.25 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, twaróg krajanka 30 g (<u>MLE</u>),	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 80 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb PKU 120 g, masło 82% tł. 20 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, dynia gotowana 100 g,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sok pomidorowy 300 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2064.44 kcal; Białko ogółem: 53.72 g; Tłuszcz: 74.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 288.46 g; suma cukrów prostych: 31.36 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g; Sól: 3.11 g; WW: 26.56 Por; Cholesterol: 227.67 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. tłuszczu		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna z/c 400 ml ,	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g , herbata czarna z/c 400 ml ,
II Śniadanie: jabłko pieczone 150 g ,		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2287.67 kcal; Białko ogółem: 99.34 g; Tłuszcz: 54.11 g; Kw.tł.nas.ogółem: 14.69 g; Węglowodany ogółem: 360.14 g; suma cukrów prostych: 79.76 g; Błonnik pokarmowy: 43.8 g; Sól: 7.5 g; WW: 31.97 Por; Cholesterol: 217.65 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ogr. subst. pobudzających wydzielanie soku żołądkowego		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	gryskowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pietruszkowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, _</u>), herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2346.67 kcal; Białko ogółem: 103.53 g; Tłuszcz: 71.36 g; Kw.tł.nas.ogółem: 33.25 g; Węglowodany ogółem: 329.19 g; suma cukrów prostych: 77.31 g; Błonnik pokarmowy: 40.88 g; Sól: 6.7 g; WW: 29.29 Por; Cholesterol: 290.21 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatobiałkowa		
chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żyt. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , rukola 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2748.63 kcal; Białko ogółem: 122.33 g; Tłuszcz: 98.52 g; Kw.tł.nas.ogółem: 45.66 g; Węglowodany ogółem: 349.95 g; suma cukrów prostych: 81.43 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g; Sól: 18.22 g; WW: 31.47 Por; Cholesterol: 502.47 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Płynna wzmocniona		
płynna - śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,	płynna - obiad 600 ml , gryskowa z ziemniakami - dieta płynna 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	płynna - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: płynna - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: płynna - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2143 kcal; Białko ogółem: 107.43 g; Tłuszcz: 130.28 g; Kw.tł.nas.ogółem: 46.1 g; Węglowodany ogółem: 136.73 g; suma cukrów prostych: 11.69 g; Błonnik pokarmowy: 11.9 g; Sól: 1.79 g; WW: 12.65 Por; Cholesterol: 1043.31 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Przetarta		
papkowata- śniad 350 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,	papkowata - obiad 650 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml ,	papkowata - kolacja 350 ml (<u>MLE, SEL,</u>), herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: papkowata - II śniad 200 ml (<u>JAJ, MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,		Posiłek nocny: papkowata - posiłek nocny 200 ml (<u>MLE, SEL, _</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2188.4 kcal; Białko ogółem: 108.16 g; Tłuszcz: 130.2 g; Kw.ł.nas.ogółem: 46.07 g; Węglowodany ogółem: 147.98 g; suma cukrów prostych: 12.24 g; Błonnik pokarmowy: 12.82 g; Sól: 1.79 g; WW: 13.7 Por; Cholesterol: 1041.21 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE, _</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), herbata czarna z/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: jabłko pieczone 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2623.46 kcal; Białko ogółem: 110.77 g; Tłuszcz: 86.89 g; Kw.ł.nas.ogółem: 33.71 g; Węglowodany ogółem: 357.5 g; suma cukrów prostych: 82.3 g; Błonnik pokarmowy: 42.6 g; Sól: 6.94 g; WW: 31.92 Por; Cholesterol: 311.93 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Rozdrobniona z ogr. łatwo przysw. węglowodanów		
ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), dynia gotowana 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , ryż na wywarze jarzynowym 300 ml (<u>SEL, _</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2517.69 kcal; Białko ogółem: 117.82 g; Tłuszcz: 88.2 g; Kw.ł.nas.ogółem: 29.09 g; Węglowodany ogółem: 314.98 g; suma cukrów prostych: 32.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g; Sól: 6.47 g; WW: 28.9 Por; Cholesterol: 279.93 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Ubogoenergetyczna dziecięca		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,	zupa ogórkowa z ziemniakami 200 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 100 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE, _</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , rukola 20 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL, _</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE, _</u>),		Posiłek nocny: skyr naturalny 150 g (<u>MLE, _</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1756.18 kcal; Białko ogółem: 105.6 g; Tłuszcz: 53.77 g; Kw.ł.nas.ogółem: 23.44 g; Węglowodany ogółem: 225.2 g; suma cukrów prostych: 41.73 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; Sól: 6.99 g; WW: 19.23 Por; Cholesterol: 247.59 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Bogatoresztkowa		
chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), szczypiorek 20 g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE, _</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR, _</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2357.52 kcal; Białko ogółem: 110.34 g; Tłuszcz: 90.76 g; Kw.tł.nas.ogółem: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 293.49 g; suma cukrów prostych: 51.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.76 g; Sól: 18.82 g; WW: 25.08 Por; Cholesterol: 351.37 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Specjalna bezmleczna		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, polędwica z pasieki 50 g, dżem truskawkowy 50 g, herbata czarna z/c 400 ml,	grycikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 15 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml,
		Posiłek nocny: sok owocowy 200ml 200 g, jabłko pieczone 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2311.56 kcal; Białko ogółem: 93.7 g; Tłuszcz: 67.22 g; Kw.tł.nas.ogółem: 43.99 g; Węglowodany ogółem: 350.11 g; suma cukrów prostych: 100.69 g; Błonnik pokarmowy: 41.22 g; Sól: 5.14 g; WW: 31.16 Por; Cholesterol: 289.45 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKA MLEKA/LAKTOZA		
margaryna 15 g, polędwica z pasieki 50 g, rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, dżem truskawkowy 50 g, chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL, _</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), ziemniaki gotowane 200 g, sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL, _</u>), dynia gotowana 100 g, herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: chleb mieszany psz.-żył. 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 10 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR, _</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2294.81 kcal; Białko ogółem: 96.5 g; Tłuszcz: 86.65 g; Kw.tł.nas.ogółem: 56.7 g; Węglowodany ogółem: 313.69 g; suma cukrów prostych: 46.49 g; Błonnik pokarmowy: 46.05 g; Sól: 5.63 g; WW: 27.09 Por; Cholesterol: 272.9 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony BIAŁKO JAJA		
chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, _</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE, _</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), pulpet drobiowy (bez jaj) 90 g (<u>GLU, _</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL, _</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE, _</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE, _</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna b/c 400 ml, rukola 20 g,
		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR, _</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE, _</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2424.49 kcal; Białko ogółem: 111.36 g; Tłuszcz: 96.26 g; Kw.tł.nas.ogółem: 37.54 g; Węglowodany ogółem: 298.42 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Błonnik pokarmowy: 48.71 g; Sól: 18.63 g; WW: 25.33 Por; Cholesterol: 294.54 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Atopowa		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , marchewka gotowana 100 g , herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 50 g ,	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), gulasz z udźca indyka z warzywami (bez selera) 200 g (<u>GLU</u>), herbata czarna b/c 400 ml , surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g ,	wafle ryżowe 50 g , margaryna 30 g , pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 90 g (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g , herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: kasza jaglana na wodzie 200 ml , mus z jabłek b/c 150 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2087.97 kcal; Białko ogółem: 61.39 g; Tłuszcz: 92.06 g; Kw.łł.nas.ogółem: 79.04 g; Węglowodany ogółem: 279.52 g; suma cukrów prostych: 64.61 g; Błonnik pokarmowy: 40.69 g; Sól: 1.9 g; WW: 23.94 Por; Cholesterol: 127.49 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), papryka świeża 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2203.3 kcal; Białko ogółem: 97.83 g; Tłuszcz: 112.91 g; Kw.łł.nas.ogółem: 37.29 g; Węglowodany ogółem: 210.37 g; suma cukrów prostych: 34.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g; Sól: 13.79 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 327.86 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna prod. wykluczony GLUTEN I BIAŁKA MLEKA		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , poledwica z pasieki 50 g , rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , herbata czarna b/c 400 ml , dżem truskawkowy 50 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 10 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2113.74 kcal; Białko ogółem: 91.9 g; Tłuszcz: 106.18 g; Kw.łł.nas.ogółem: 55.26 g; Węglowodany ogółem: 221.5 g; suma cukrów prostych: 41.75 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g; Sól: 2.16 g; WW: 20.03 Por; Cholesterol: 272.9 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna prod. wykł. GLUTEN		
chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , szczypiorek 20 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), ziemniaki gotowane 200 g , kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb bezglutenowy 120 g , masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , rukola 20 g ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2245.4 kcal; Białko ogółem: 103.19 g; Tłuszcz: 111.49 g; Kw.łł.nas.ogółem: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 210.33 g; suma cukrów prostych: 34.79 g; Błonnik pokarmowy: 21.95 g; Sól: 13.79 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 315.46 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML		
margaryna 15 g , polędwica z pasieki 50 g , rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , salata zielona 8 g , chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>),	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>),	chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), margaryna 15 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , rukola 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ,</u>), margaryna 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR,</u>), salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2357.41 kcal; Białko ogółem: 109.68 g; Tłuszcz: 81.29 g; Kw.tł.nas.ogółem: 44.71 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; suma cukrów prostych: 34.33 g; Błonnik pokarmowy: 46.8 g; Sól: 7.21 g; WW: 27.94 Por; Cholesterol: 289.45 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: z ogr. łatwo przysw. węglow. + B/GLUT, B/ML		
chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , rzodkiewka 40 g , herbata czarna b/c 400 ml , polędwica z pasieki 50 g , szczypiorek 20 g ,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy b/glut, b/ml 100 ml ,	chleb bezglutenowy 120 g , margaryna 15 g , herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL,</u>), rukola 20 g ,
II Śniadanie: sok pomidorowy 300 ml ,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g , margaryna 5 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR,</u>), salata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1952.06 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 96.62 g; Kw.tł.nas.ogółem: 41.33 g; Węglowodany ogółem: 213.93 g; suma cukrów prostych: 31.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; Sól: 3.26 g; WW: 18.97 Por; Cholesterol: 148.95 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Dna moczanowa		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE,</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE,</u>),	grysiowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL,</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ,</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE,</u>), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR,</u>), rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2540.62 kcal; Białko ogółem: 89.26 g; Tłuszcz: 88.09 g; Kw.tł.nas.ogółem: 36.88 g; Węglowodany ogółem: 363.93 g; suma cukrów prostych: 69.4 g; Błonnik pokarmowy: 43.97 g; Sól: 7.38 g; WW: 32.35 Por; Cholesterol: 278.16 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Niskobiałkowa		
chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>), twaróg krajanka 50 g (<u>MLE,</u>), dżem truskawkowy 50 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	grysiowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), pulpet drobiowy gotowany 50 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL,</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	chleb PKU 120 g , masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 30 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), herbata czarna b/c 400 ml , dynia gotowana 100 g ,
		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2191.9 kcal; Białko ogółem: 50.69 g; Tłuszcz: 75.05 g; Kw.tł.nas.ogółem: 29.06 g; Węglowodany ogółem: 330.06 g; suma cukrów prostych: 45.87 g; Błonnik pokarmowy: 19.87 g; Sól: 2.15 g; WW: 31.19 Por; Cholesterol: 200 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 2		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jogurt naturalny b/l 1 szt (<u>MLE</u>), jabłko pieczone 150 g, herbata czarna b/c 250 ml,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), marchewka gotowana 150 g, herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenney krojony 100 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g, cukinia gotowana 100 g, herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g,		Posiłek nocny: kakao proszek 30 g, zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2138.67 kcal; Białko ogółem: 79 g; Tłuszcz: 47.82 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.37 g; Węglowodany ogółem: 268.29 g; suma cukrów prostych: 39.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.75 g; Sól: 7.13 g; WW: 23.71 Por; Cholesterol: 227.4 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 3		
jabłko pieczone 150 g, herbata czarna b/c 250 ml, kasza manna na mleku KUCHNIA MLECZNA 300 g (<u>GLU, MLE</u>),	pomidorowa z makaronem drobnym - dieta b/mleczna 300 ml (<u>GLU, JAJ, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pulpet drobiowy gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), surówka z marchwi i jabłka - dieta 100 g (<u>MLE</u>), herbata czarna b/c 250 ml,	chleb pszenney krojony 100 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, herbata czarna b/c 250 ml,
II Śniadanie: chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), pasta mięsno-warzywna z mięsa drobiowego z udźca 100 g (<u>SEL</u>), dynia gotowana 100 g, sałata zielona 8 g,		Posiłek nocny: kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, kakao proszek 30 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2058.34 kcal; Białko ogółem: 99.52 g; Tłuszcz: 70.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.78 g; Węglowodany ogółem: 260.19 g; suma cukrów prostych: 50.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; Sól: 5.2 g; WW: 23.21 Por; Cholesterol: 812.14 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Biegunkowa		
herbata czarna b/c 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kleik ryżowy na wodzie 250 ml,	zupa ziemniaczana 400 g (<u>SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, marchewka gotowana z olejem 100 g, herbata czarna b/c 200 ml,	kleik ryżowy na wodzie 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml,
II Śniadanie: kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml,		Posiłek nocny: marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml, suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), herbata czarna b/c 200 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1065.37 kcal; Białko ogółem: 27.76 g; Tłuszcz: 9.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 1.1 g; Węglowodany ogółem: 226.13 g; suma cukrów prostych: 10.85 g; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; Sól: 3.05 g; WW: 21.27 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Ubogoresztkowa		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), marchewka gotowana 100 g, herbata czarna z/c 400 ml,	ziemniaki gotowane 200 g, grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw - dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), herbata czarna z/c 400 ml, dynia gotowana 100 g,
		Posiłek nocny: rogal maślany 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2506.77 kcal; Białko ogółem: 99.07 g; Tłuszcz: 85.19 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.39 g; Węglowodany ogółem: 346.88 g; suma cukrów prostych: 58.33 g; Błonnik pokarmowy: 29.86 g; Sól: 7.47 g; WW: 32.01 Por; Cholesterol: 312.73 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Ścisła dla matek po cesarskim cięciu		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), szynka z pasieki 50 g, chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), szynka z pasieki 50 g,	chleb pszenney krojony 60 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), szynka z pasieki 50 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 844.8 kcal; Białko ogółem: 44.01 g; Tłuszcz: 31.77 g; Kw.tł.nas.ogółem: 16.95 g; Węglowodany ogółem: 97.95 g; suma cukrów prostych: 1.08 g; Błonnik pokarmowy: 4.86 g; Sól: 2.05 g; WW: 9.39 Por; Cholesterol: 74.4 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 1 (kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 890.1 kcal; Białko ogółem: 22.64 g; Tłuszcz: 3.14 g; Kw.łł.nas.ogółem: .68 g; Węglowodany ogółem: 196.85 g; suma cukrów prostych: 1.04 g; Błonnik pokarmowy: 7.56 g; Sól: 1.97 g; WW: 19.07 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 2 (zupa pooperacyjna + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), herbata czarna b/c 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1152.27 kcal; Białko ogółem: 29.75 g; Tłuszcz: 4.25 g; Kw.łł.nas.ogółem: .8 g; Węglowodany ogółem: 252.05 g; suma cukrów prostych: 1.1 g; Błonnik pokarmowy: 9.24 g; Sól: 2.27 g; WW: 24.38 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Ścisła 3 (zupa+ pulpet + marchew + kleik + suchary)		
kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>),	grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , pulpet z indyka gotowany 90 g (<u>GLU, JAJ,</u>), marchewka gotowana z olejem 100 g , herbata czarna b/c 200 ml ,	kleik ryżowy na wodzie 300 ml , suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), herbata czarna b/c 200 ml , grysikowa 300 g (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1149.59 kcal; Białko ogółem: 36.15 g; Tłuszcz: 14.19 g; Kw.łł.nas.ogółem: 1.77 g; Węglowodany ogółem: 223.66 g; suma cukrów prostych: 5.75 g; Błonnik pokarmowy: 11.52 g; Sól: 2.22 g; WW: 21.35 Por; Cholesterol: 69.05 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: KML płynna chir.		
mleko 200 ml (<u>MLE,</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>), mleko w proszku 25 g (<u>MLE,</u>), serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU,</u>), śmietanka 18% 80 ml (<u>MLE,</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>),	mleko 200 ml (<u>MLE,</u>), mleko w proszku 25 g (<u>MLE,</u>), masło 82% tł. 20 g (<u>MLE,</u>), serek homogenizowany naturalny 1 szt (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: budyń o smaku śmietankowym z/c 200 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: kisiel o smaku truskawkowym z/c - ots 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1703.01 kcal; Białko ogółem: 80.57 g; Tłuszcz: 107.86 g; Kw.łł.nas.ogółem: 63.76 g; Węglowodany ogółem: 125.43 g; suma cukrów prostych: 84.79 g; Błonnik pokarmowy: 2.63 g; Sól: 1.28 g; WW: 12.49 Por; Cholesterol: 349.67 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Bariatryczna		
zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),	zupa jarzynowa z mięsem - KUCHNIA MLECZNA 200 ml (<u>GLU,</u>),	kisiel z jagód b/c KUCHNIA MLECZNA 200 ml , serek homogenizowany nat. 150 g (<u>MLE,</u>),
II Śniadanie: jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),		Posiłek nocny: kasza kukurydziana na mleku z jabłkiem prażonym KUCHNIA MLECZNA 300 ml (<u>MLE,</u>), jogurt naturalny 1szt. 150 g (<u>MLE,</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 904.54 kcal; Białko ogółem: 62.63 g; Tłuszcz: 29.3 g; Kw.łł.nas.ogółem: 18.92 g; Węglowodany ogółem: 112.7 g; suma cukrów prostych: 52.9 g; Błonnik pokarmowy: 8.11 g; Sól: 2.33 g; WW: 10.49 Por; Cholesterol: 143.6 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Nieswoiste zapalenia jelit 1		
kasza kukurydziana na wodzie z jabłkiem KUCHNIA MLECZNA 400 g (<u>MLE,</u>), chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), pasta mięsno-dyniowa z mięsa drobiowego z udźca 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,	zupa ryżowa - dieta b/ml, b/glut 300 ml (<u>SEL, może zawierać: GOR,</u>), ziemniaki gotowane 200 g , filet z kurczaka gotowany 80 g , sos koperkowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR,</u>), cukinia gotowana 150 g ,	herbata czarna b/c 250 ml , chleb pszenny krojony 90 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE,</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ,</u>), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna b/c 250 ml ,
II Śniadanie: suchary 50 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ,</u>), kakao proszek 30 g , bobvita kaszka ryżowa z malinami 90 g ,		Posiłek nocny: chrupki kukurydziane 80 g , marchwianka KUCHNIA MLECZNA 200 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2330.97 kcal; Białko ogółem: 83.22 g; Tłuszcz: 59.57 g; Kw.łł.nas.ogółem: 20.73 g; Węglowodany ogółem: 291.59 g; suma cukrów prostych: 26.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g; Sól: 8.68 g; WW: 26.46 Por; Cholesterol: 440.19 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Uboga w alergeny		
margaryna 30 g , filet z indyka gotowany 100 g , ogórek świeży 150g 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , wafle ryżowe 40 g ,	ziemniaki gotowane 200 g , herbata czarna b/c 400 ml , kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , pulpet z indyka gotowany (bez jaj) 100 g (<u>GLU</u>), brokuł gotowany 100 g ,	wafle ryżowe 40 g , margaryna 30 g , ogórek świeży 150g 150 g , herbata czarna z/c 250 ml , mięso drobiowe gotowane z udźca z indyka 100 g ,
II Śniadanie: kleik ryżowy na wodzie 300 ml ,		Posiłek nocny: ryż na wodzie 300 ml ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1737.63 kcal; Białko ogółem: 57.95 g; Tłuszcz: 73.81 g; Kw.tł.nas.ogółem: 77.49 g; Węglowodany ogółem: 233.09 g; suma cukrów prostych: 20.29 g; Błonnik pokarmowy: 14.22 g; Sól: 1.67 g; WW: 22.11 Por; Cholesterol: 139.22 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Pokrzywkowa		
masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 2 szt. 100 g (<u>JAJ</u>), marchewka gotowana 100 g , herbata czarna z/c 250 ml , chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>),	kalafiorowa z ziemniakami (bez mleka, bez selera, bez glutenu) ATOP 400 g , kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), gulasz z udźca indyka z warzywami (bez slera) 200 g (<u>GLU</u>), surówka z kapusty pekińskiej z olejem 150 g , herbata czarna b/c 400 ml ,	chleb mieszany psz-żył. 90 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), filet z indyka gotowany 100 g , brokuł gotowany 100 g , herbata czarna z/c 250 ml ,
II Śniadanie: gruszka 300 g ,		Posiłek nocny: mus z jabłek z/c 150 g , kasza manna na mleku 200 g (<u>GLU, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2052.22 kcal; Białko ogółem: 78.15 g; Tłuszcz: 73.79 g; Kw.tł.nas.ogółem: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 284.59 g; suma cukrów prostych: 82.73 g; Błonnik pokarmowy: 49.87 g; Sól: 4.05 g; WW: 23.72 Por; Cholesterol: 710.25 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Posiłek regeneracyjny		
	kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 250 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), surówka z selera 150 g (<u>MLE, SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>),	

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 834.64 kcal; Białko ogółem: 49.56 g; Tłuszcz: 20.01 g; Kw.tł.nas.ogółem: 6.5 g; Węglowodany ogółem: 118.52 g; suma cukrów prostych: 13.62 g; Błonnik pokarmowy: 15.43 g; Sól: 3.03 g; WW: 10.48 Por; Cholesterol: 277.51 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna dla kobiet w okresie ciąży lub laktacji		
chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE, ORZ, SEZ</u>), kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb pszenny krojony 120 g (<u>GLU, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB, SEL</u>), pomidor 100 g , herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2666.79 kcal; Białko ogółem: 119.4 g; Tłuszcz: 85.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 354.85 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; Sól: 6.93 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 346.93 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGETARIAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g , szczypiorek 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami jarska 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczek b/c 200 ml , ziemniaki gotowane 200 g , surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>),	chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), herbata czarna b/c 400 ml , papryka świeża 100 g , rukola 20 g ,
		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), sałata zielona 20 g ,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2436.22 kcal; Białko ogółem: 89.04 g; Tłuszcz: 99.89 g; Kw.tł.nas.ogółem: 32.85 g; Węglowodany ogółem: 306.7 g; suma cukrów prostych: 46.65 g; Błonnik pokarmowy: 44.68 g; Sól: 8.49 g; WW: 26.54 Por; Cholesterol: 150.53 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Eliminacyjna WEGAŃSKA		
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g, pasta jarzynowa 100 g (<u>SEL</u>), szczypiorek 20 g, herbata czarna z/c 400 ml, rzodkiewka 40 g,	zupa ziemniaczana b/ml b/glu jarska 400 g (<u>SEL</u>), gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), ziemniaki gotowane 200 g, kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), margaryna 15 g, pasztet sojowy 113 g (<u>SOJ</u>), papryka świeża 100 g, herbata czarna z/c 400 ml, rukola 20 g,
		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), margaryna 10 g, sałata zielona 20 g, sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), nektarynka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2252.16 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz: 94.91 g; Kw.tł.nas.ogółem: 53.19 g; Węglowodany ogółem: 313.75 g; suma cukrów prostych: 61.3 g; Błonnik pokarmowy: 47.55 g; Sól: 5.56 g; WW: 26.93 Por; Cholesterol: 1.5 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (2-3lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 120 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 50 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, rukola 20 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1823.59 kcal; Białko ogółem: 78.91 g; Tłuszcz: 56 g; Kw.tł.nas.ogółem: 28.68 g; Węglowodany ogółem: 261.91 g; suma cukrów prostych: 78.54 g; Błonnik pokarmowy: 17.61 g; Sól: 5.38 g; WW: 24.62 Por; Cholesterol: 177 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Podstawowa dziecięca (4-9lat)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>), bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>),	zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), naleśniki z serem 240 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), sos jogurtowo-truskawkowy z/c 100 ml (<u>MLE</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml,	bułka pszenna 75g 1 szt. 1 szt (<u>GLU</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, rukola 20 g,
II Śniadanie: sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: nektarynka 150 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2115.49 kcal; Białko ogółem: 93.56 g; Tłuszcz: 63.31 g; Kw.tł.nas.ogółem: 30.01 g; Węglowodany ogółem: 311.84 g; suma cukrów prostych: 95.25 g; Błonnik pokarmowy: 20 g; Sól: 5.48 g; WW: 29.41 Por; Cholesterol: 208.11 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. dziecięca (2-3lata)		
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), szczypiorek 20 g,	grysiowa z ziemniakami - dieta 200 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), ziemniaki gotowane 100 g, sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),	chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), szynka tostowa wyrób drobiowy 50 g (<u>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), herbata czarna b/c 400 ml, papryka świeża 100 g, rukola 20 g, pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 40 g (<u>RYB, SEL</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), sałata zielona 8 g, kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g,		Posiłek nocny: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty gouda 30 g (<u>MLE</u>), sałata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1978.49 kcal; Białko ogółem: 97.01 g; Tłuszcz: 83.49 g; Kw.tł.nas.ogółem: 40.44 g; Węglowodany ogółem: 221.03 g; suma cukrów prostych: 61.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.44 g; Sól: 6.41 g; WW: 19.09 Por; Cholesterol: 589.61 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. eliminacyjna wegetariańska
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb razowy 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>),		gryskowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, gulasz warzywny z ciecierzycą 300 g (<u>GLU, SEL</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>),
II Śniadanie: chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 10 g (<u>MLE</u>), kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u>),		Posiłek nocny: sałatka z soczewicą kons. 150 g (<u>GOR</u>), chleb razowy 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2613.14 kcal; Białko ogółem: 92.41 g; Tłuszcz: 106.68 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; suma cukrów prostych: 42.08 g; Błonnik pokarmowy: 47.85 g; Sól: 7.94 g; WW: 28.04 Por; Cholesterol: 160.16 mg;

poniedziałek 2026-10-12		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/ML dziecięca
margaryna 15 g, polędwica z pasieki 50 g, rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb graham 120 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), szczypiorek 20 g,		gryskowa z ziemniakami - dieta jarska 400 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>), pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, seler gotowany 130 g (<u>SEL</u>), sos pomidorowy b/mleczny 100 ml (<u>GLU, SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g, jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, salata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb graham 30 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEL, SEZ</u>), margaryna 10 g, filet z indyka gotowany 100 g, salata zielona 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2226.6 kcal; Białko ogółem: 98.23 g; Tłuszcz: 80.73 g; Kw.tł.nas.ogółem: 69.07 g; Węglowodany ogółem: 307.58 g; suma cukrów prostych: 51.3 g; Błonnik pokarmowy: 42.55 g; Sól: 5.28 g; WW: 26.64 Por; Cholesterol: 451.73 mg;

poniedziałek 2026-10-12		Jadłospis dla diety: Z ogr. łatwo przysw. węglow. B/GLU dziecięca
masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, herbata czarna b/c 400 ml, chleb bezglutenowy 120 g, szczypiorek 20 g,		zupa ziemniaczana b/ml b/glu 400 g (<u>SEL</u>), pieczeń rzymska drobiowa b/glu 90 g (<u>JAJ</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, ziemniaki gotowane 200 g, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>), sos pomidorowy b/glutenowy 100 ml (<u>MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>),
II Śniadanie: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 50 g (<u>JAJ</u>), kiwi 100 g, sok owocowy 200ml 200 g, salata zielona 20 g,		Posiłek nocny: chleb bezglutenowy 30 g, masło 82% tł. 5 g (<u>MLE</u>), ser żółty gouda 30 g (<u>MLE</u>), salata zielona 20 g, rukola 20 g,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2278.49 kcal; Białko ogółem: 107.08 g; Tłuszcz: 111.38 g; Kw.tł.nas.ogółem: 39.48 g; Węglowodany ogółem: 222 g; suma cukrów prostych: 56.51 g; Błonnik pokarmowy: 17.64 g; Sól: 3.91 g; WW: 20.62 Por; Cholesterol: 579.54 mg;

poniedziałek 2026-10-12		Jadłospis dla diety: Ścisła Police Chirurgia
kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,		kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,
		kisiel o smaku truskawkowym b/c - ots 250 ml,

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 296.85 kcal; Białko ogółem: .15 g; Tłuszcz: 0 g; Kw.tł.nas.ogółem: 0 g; Węglowodany ogółem: 74.16 g; suma cukrów prostych: 50.97 g; Błonnik pokarmowy: .09 g; Sól: .15 g; WW: 7.44 Por; Cholesterol: 0 mg;

poniedziałek 2026-10-12		Jadłospis dla diety: OTS podstawowa w pojemnikach
chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u>), rzodkiewka 40 g, szczypiorek 20 g, kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU, MLE</u>),		zupa ogórkowa z ziemniakami 400 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), ziemniaki gotowane 200 g, pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU, JAJ, może zawierać: ORZ, SEL, SEZ</u>), sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU, MLE, SEL, może zawierać: GOR</u>), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml, surówka z selera 130 g (<u>MLE, SEL</u>),
		chleb mieszany psz.-żył. 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, ORZ, SEZ</u>), chleb razowy 60 g (<u>GLU, może zawierać: SOJ, MLE, ORZ, SEZ</u>), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u>), śledź w śmietanie z jabłkiem 110 g (<u>RYB, MLE</u>), papryka świeża 100 g, rukola 20 g, herbata czarna b/c 400 ml,
		Posiłek nocny: pączek 1 szt (<u>GLU, JAJ, MLE</u>),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2421.93 kcal; Białko ogółem: 104.33 g; Tłuszcz: 90.75 g; Kw.tł.nas.ogółem: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 312.64 g; suma cukrów prostych: 69.18 g; Błonnik pokarmowy: 39.33 g; Sól: 17.94 g; WW: 27.7 Por; Cholesterol: 482.47 mg;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: NEU ind. papkowata		
kasza manna na mleku na gęsto Kuchnia Mleczna 300 g (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), herbata czarna b/c 400 ml , papkowata- śniad 200 ml (<u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,),	papkowata - obiad 650 ml , grysikowa z ziemniakami - dieta papka 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml ,	papkowata - kolacja 200 ml (<u>MLE</u> , <u>SEL</u> ,), herbata czarna b/c 400 ml ,
II Śniadanie: kisiel o smaku truskawkowym z/c 250 ml ,		Posiłek nocny: budyń o smaku waniliowym z/c 300 g (<u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 1792.17 kcal; Białko ogółem: 76.89 g; Tłuszcz: 73.88 g; Kw.tł.nas.ogółem: 25.03 g; Węglowodany ogółem: 207.5 g; suma cukrów prostych: 90.15 g; Błonnik pokarmowy: 12.1 g; Sól: 1.6 g; WW: 19.72 Por; Cholesterol: 437.86 mg;

poniedziałek 2026-10-12 Jadłospis dla diety: bogatobiałkowa łatwostrawna		
chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), serek wiejski 200 g (<u>MLE</u> ,), sałata zielona 20 g , kawa zbożowa z mlekiem b/c 250 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> ,), makaron drobny na mleku 300 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,),	grysikowa z ziemniakami - dieta 400 ml (<u>GLU</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,), ziemniaki gotowane 200 g , pieczeń rzymska drobiowa 90 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), seler gotowany 130 g (<u>SEL</u> ,), kompot z jabłek i porzeczki b/c 200 ml , sos pomidorowy 100 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>może zawierać: GOR</u> ,),	chleb pszenney krojony 120 g (<u>GLU</u> , <u>może zawierać: ORZ</u> , <u>SEL</u> , <u>SEZ</u> ,), masło 82% tł. 16.67 g (<u>MLE</u> ,), pomidor 100 g , herbata czarna b/c 400 ml , pasta z ryby gotowanej i warzyw -dieta 100 g (<u>RYB</u> , <u>SEL</u> ,),
II Śniadanie: kefir 1szt. 150 g (<u>MLE</u> ,),		Posiłek nocny: drożdżówka 1 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> ,),

Wartości odżywcze: Wart.energ.: 2666.79 kcal; Białko ogółem: 119.4 g; Tłuszcz: 85.9 g; Kw.tł.nas.ogółem: 35 g; Węglowodany ogółem: 354.85 g; suma cukrów prostych: 60.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g; Sól: 6.93 g; WW: 33.12 Por; Cholesterol: 346.93 mg;