

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z ryżem l 250g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2424.69 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 86.28 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.21 g; Węglowodany ogółem: 341.22 g; suma cukrów prostych: 74.57 g; Sód: 4549.92 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z ryżem d 250g (<i>SEL</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.36 kcal; Białko ogółem: 78.51 g; Tłuszcz: 80.59 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.78 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Sód: 3641.90 mg; Błonnik pokarmowy: 25.43 g;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pomidor 50g , Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>),	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z ryżem d 250g (<i>SEL</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2341.64 kcal; Białko ogółem: 91.38 g; Tłuszcz: 85.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.65 g; Węglowodany ogółem: 308.57 g; suma cukrów prostych: 78.55 g; Sód: 3794.12 mg; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z ryżem d 250g (<i>SEL</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU, JA</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2073.00 kcal; Białko ogółem: 81.47 g; Tłuszcz: 52.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 10.66 g; Węglowodany ogółem: 319.51 g; suma cukrów prostych: 81.68 g; Sód: 2807.00 mg; Błonnik pokarmowy: 24.17 g;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Ziemniaczana 350g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z ryżem l 250g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2411.34 kcal; Białko ogółem: 81.38 g; Tłuszcz: 96.90 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 48.84 g; Węglowodany ogółem: 313.49 g; suma cukrów prostych: 74.88 g; Sód: 3596.15 mg; Błonnik pokarmowy: 28.11 g;

poniedziałek 2026-08-31 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Parówka drobiowa z ketchupem 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Ziemniaczana 350g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Leczo warzywne z ryżem d 250g (<i>SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2376.40 kcal; Białko ogółem: 82.25 g; Tłuszcz: 80.01 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.01 g; Węglowodany ogółem: 333.23 g; suma cukrów prostych: 75.00 g; Sód: 3356.48 mg; Błonnik pokarmowy: 26.88 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (<i>GLU, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Schab duszony w sosie własnym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.51 kcal; Białko ogółem: 129.02 g; Tłuszcz: 60.30 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.51 g;
Węglowodany ogółem: 343.06 g; suma cukrów prostych: 81.97 g; Sód: 6485.01 mg; Błonnik pokarmowy: 30.31 g;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 50g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2258.20 kcal; Białko ogółem: 116.54 g; Tłuszcz: 58.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.22 g;
Węglowodany ogółem: 328.40 g; suma cukrów prostych: 93.94 g; Sód: 5866.19 mg; Błonnik pokarmowy: 32.36 g;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 60g (<i>GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2325.18 kcal; Białko ogółem: 128.16 g; Tłuszcz: 63.79 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.22 g;
Węglowodany ogółem: 331.74 g; suma cukrów prostych: 77.68 g; Sód: 6851.46 mg; Błonnik pokarmowy: 38.37 g;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 50g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2323.37 kcal; Białko ogółem: 125.11 g; Tłuszcz: 57.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 7.19 g;
Węglowodany ogółem: 360.03 g; suma cukrów prostych: 120.87 g; Sód: 5463.74 mg; Błonnik pokarmowy: 34.38 g;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (<i>GLU, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,	Zupa wielowarzywna s 350ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Schab duszony w sosie własnym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b 200g , Surówka z ogórka kiszzonego 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2402.52 kcal; Białko ogółem: 127.79 g; Tłuszcz: 64.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.26 g;
Węglowodany ogółem: 349.62 g; suma cukrów prostych: 82.52 g; Sód: 6321.53 mg; Błonnik pokarmowy: 28.46 g;

wtorek 2026-09-01 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa drobiowa 60g, dżem 40 g 60g (<i>GLU, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,	Zupa wielowarzywna s 350ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Schab duszony w sosie własnym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b 200g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2398.35 kcal; Białko ogółem: 127.16 g; Tłuszcz: 61.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.48 g;
Węglowodany ogółem: 352.25 g; suma cukrów prostych: 94.69 g; Sód: 5957.86 mg; Błonnik pokarmowy: 32.06 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa golonkowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 50g ,	Fasolowa 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (<i>S02</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Papryka 50g ,
	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2379.55 kcal; Białko ogółem: 112.15 g; Tłuszcz: 74.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 31.13 g; Węglowodany ogółem: 321.64 g; suma cukrów prostych: 110.59 g; Sód: 5108.96 mg; Błonnik pokarmowy: 24.63 g;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (<i>S02</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2263.19 kcal; Białko ogółem: 107.60 g; Tłuszcz: 76.47 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.41 g; Węglowodany ogółem: 286.04 g; suma cukrów prostych: 113.79 g; Sód: 3904.02 mg; Błonnik pokarmowy: 20.21 g;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (<i>S02</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Ogórek kiszony 50g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2476.15 kcal; Białko ogółem: 126.00 g; Tłuszcz: 95.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 290.98 g; suma cukrów prostych: 78.09 g; Sód: 4787.08 mg; Błonnik pokarmowy: 29.81 g;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (<i>S02</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>),
II Śniadanie: Biskvity 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.09 kcal; Białko ogółem: 110.53 g; Tłuszcz: 66.05 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.89 g; Węglowodany ogółem: 310.81 g; suma cukrów prostych: 127.35 g; Sód: 3922.42 mg; Błonnik pokarmowy: 19.93 g;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa golonkowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 50g ,	Fasolowa 350ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (<i>S02</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Papryka 50g ,
II Śniadanie: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2372.20 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 80.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 51.94 g; Węglowodany ogółem: 313.81 g; suma cukrów prostych: 103.34 g; Sód: 4536.16 mg; Błonnik pokarmowy: 20.81 g;

środa 2026-09-02 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna s 350ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Suówka z kapusty pekińskiej P 100g (<i>S02</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kefir 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2370.52 kcal; Białko ogółem: 100.95 g; Tłuszcz: 78.20 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.50 g; Węglowodany ogółem: 317.22 g; suma cukrów prostych: 106.83 g; Sód: 4301.98 mg; Błonnik pokarmowy: 22.12 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa pieczarkowa 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Gulasz wieprzowy duszony 250g (<i>GLU, MLE</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt /ser topiony 2pl 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2110.62 kcal; Białko ogółem: 88.86 g; Tłuszcz: 70.97 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.95 g; Węglowodany ogółem: 278.53 g; suma cukrów prostych: 59.25 g; Sód: 5222.96 mg; Błonnik pokarmowy: 24.04 g;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa zacierkowa 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Gulasz wieprzowy duszony 250g (<i>GLU, MLE</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt /ser topiony 2pl 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1889.96 kcal; Białko ogółem: 84.55 g; Tłuszcz: 70.17 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.18 g; Węglowodany ogółem: 221.97 g; suma cukrów prostych: 61.19 g; Sód: 5238.80 mg; Błonnik pokarmowy: 18.86 g;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa zacierkowa 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Gulasz wieprzowy duszony 250g (<i>GLU, MLE</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1szt /ser topiony 2pl 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel b/c 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.88 kcal; Białko ogółem: 99.75 g; Tłuszcz: 72.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.57 g; Węglowodany ogółem: 286.11 g; suma cukrów prostych: 83.47 g; Sód: 5550.57 mg; Błonnik pokarmowy: 32.42 g;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa zacierkowa 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Gulasz wieprzowy duszony 250g (<i>GLU, MLE</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Jajko gotowane 1szt /ser topiony 2pl 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kisiel owocowy 150g (<i>GLU</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1938.91 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 60.42 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.06 g; Węglowodany ogółem: 258.68 g; suma cukrów prostych: 84.92 g; Sód: 5326.85 mg; Błonnik pokarmowy: 19.18 g;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa pieczarkowa 350ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Gulasz wieprzowy duszony 250g (<i>MLE</i>), Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt /ser topiony 2pl 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.61 kcal; Białko ogółem: 95.81 g; Tłuszcz: 87.40 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 46.89 g; Węglowodany ogółem: 302.78 g; suma cukrów prostych: 73.40 g; Sód: 5504.85 mg; Błonnik pokarmowy: 23.79 g;

czwartek 2026-09-03 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa zacierkowa 350g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Gulasz wieprzowy duszony 250g (<i>MLE</i>), Kasza jęczmienna 150g (<i>GLU</i>), Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1szt /ser topiony 2pl 1Por (<i>JAJ, MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2325.97 kcal; Białko ogółem: 95.61 g; Tłuszcz: 88.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 47.95 g; Węglowodany ogółem: 277.89 g; suma cukrów prostych: 73.06 g; Sód: 5471.23 mg; Błonnik pokarmowy: 18.93 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50g (<i>S02</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Śledź w śmietanie z papryką i ogórkiem kiszonym 200g (<i>RYB</i> , <i>MLE</i> , <i>S02</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2447.10 kcal; Białko ogółem: 83.77 g; Tłuszcz: 68.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 23.52 g; Węglowodany ogółem: 363.64 g; suma cukrów prostych: 110.57 g; Sód: 7290.73 mg; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50g (<i>S02</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2131.17 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 52.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.88 g; Węglowodany ogółem: 314.54 g; suma cukrów prostych: 84.50 g; Sód: 6225.95 mg; Błonnik pokarmowy: 24.84 g;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka gotowana 70g (<i>GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleniną 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1845.31 kcal; Białko ogółem: 86.11 g; Tłuszcz: 54.50 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 255.03 g; suma cukrów prostych: 62.35 g; Sód: 6413.82 mg; Błonnik pokarmowy: 30.35 g;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Marmolada 50g (<i>S02</i>), Pomidor 50g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>GOR</i> , <i>S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (<i>GLU</i> , <i>RYB</i>), Ziemniaki 150g (<i>MLE</i>), Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkoty 40g (<i>GLU</i> , <i>JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.29 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 48.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.91 g; Węglowodany ogółem: 323.40 g; suma cukrów prostych: 114.41 g; Sód: 5826.28 mg; Błonnik pokarmowy: 24.19 g;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Marmolada 50g (<i>S02</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone z powidłami 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.04 kcal; Białko ogółem: 79.53 g; Tłuszcz: 49.09 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 379.27 g; suma cukrów prostych: 100.58 g; Sód: 5124.58 mg; Błonnik pokarmowy: 28.37 g;

piątek 2026-09-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU</i> , <i>MLE</i> , <i>GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Marmolada 50g (<i>S02</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 350ml (<i>SOJ</i> , <i>MLE</i> , <i>SEL</i> , <i>S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (<i>RYB</i>), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone z powidłami 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU</i> , <i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2387.84 kcal; Białko ogółem: 80.11 g; Tłuszcz: 49.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.80 g; Węglowodany ogółem: 385.77 g; suma cukrów prostych: 100.80 g; Sód: 5199.98 mg; Błonnik pokarmowy: 30.63 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa gołąbkowa z bułką 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek zielony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2312.19 kcal; Białko ogółem: 84.89 g; Tłuszcz: 72.59 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.41 g; Węglowodany ogółem: 325.72 g; suma cukrów prostych: 77.30 g; Sód: 3801.77 mg; Błonnik pokarmowy: 23.93 g;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,	Kalfiorowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2033.34 kcal; Białko ogółem: 71.95 g; Tłuszcz: 80.87 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.55 g; Węglowodany ogółem: 255.73 g; suma cukrów prostych: 73.10 g; Sód: 3579.03 mg; Błonnik pokarmowy: 19.81 g;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szyńka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata z rzodkiewki 120g , Salata 35g ,	Kalfiorowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Krakery 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Budyń b/c 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2525.24 kcal; Białko ogółem: 87.40 g; Tłuszcz: 102.18 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 329.29 g; suma cukrów prostych: 95.16 g; Sód: 4687.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.32 g;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szyńka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,	Kalfiorowa z wkladką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Krakery 40g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2190.76 kcal; Białko ogółem: 81.61 g; Tłuszcz: 81.75 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.96 g; Węglowodany ogółem: 284.82 g; suma cukrów prostych: 80.06 g; Sód: 4247.46 mg; Błonnik pokarmowy: 23.74 g;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szyńka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa gołąbkowa s 350ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.68 kcal; Białko ogółem: 86.10 g; Tłuszcz: 81.98 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.14 g; Węglowodany ogółem: 302.36 g; suma cukrów prostych: 80.27 g; Sód: 3700.52 mg; Błonnik pokarmowy: 20.24 g;

sobota 2026-09-05 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szyńka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,	Kalfiorowa z wkladką 350ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2260.27 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 83.75 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.91 g; Węglowodany ogółem: 291.46 g; suma cukrów prostych: 79.41 g; Sód: 3640.20 mg; Błonnik pokarmowy: 19.01 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka 80g ,	Rosół z lanymi kluseczkami 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Kotlet drobiowy 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2427.25 kcal; Białko ogółem: 110.38 g; Tłuszcz: 68.87 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.14 g; Węglowodany ogółem: 353.11 g; suma cukrów prostych: 60.89 g; Sód: 6654.53 mg; Błonnik pokarmowy: 33.91 g;		
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,	Rosół z lanymi kluseczkami 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 1872.68 kcal; Białko ogółem: 98.40 g; Tłuszcz: 45.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 9.88 g; Węglowodany ogółem: 265.53 g; suma cukrów prostych: 48.36 g; Sód: 5958.65 mg; Błonnik pokarmowy: 21.24 g;		
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Papryka 80g ,	Rosół z lanymi kluseczkami 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Pieczywo razowe 70g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 30g (<i>GLU, GOR</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2139.66 kcal; Białko ogółem: 115.29 g; Tłuszcz: 55.66 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 10.32 g; Węglowodany ogółem: 311.59 g; suma cukrów prostych: 60.88 g; Sód: 6277.94 mg; Błonnik pokarmowy: 37.43 g;		
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,	Rosół z lanymi kluseczkami 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2083.68 kcal; Białko ogółem: 101.85 g; Tłuszcz: 54.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.55 g; Węglowodany ogółem: 295.61 g; suma cukrów prostych: 68.26 g; Sód: 6026.15 mg; Błonnik pokarmowy: 23.59 g;		
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,	Rosół z lanymi kluseczkami 350g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Surówka z czerwonej kapusty 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Galaretką z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z szynką 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2249.24 kcal; Białko ogółem: 106.27 g; Tłuszcz: 65.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.02 g; Węglowodany ogółem: 319.14 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Sód: 5649.22 mg; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;		
niedziela 2026-09-06 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Polędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,	Rosół z lanymi kluseczkami 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g , Bułka z szynką 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),
	Podwieczorek: Galaretką z owocami mieszanymi 200g ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2328.61 kcal; Białko ogółem: 110.83 g; Tłuszcz: 61.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.10 g; Węglowodany ogółem: 332.98 g; suma cukrów prostych: 57.18 g; Sód: 6484.49 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Salceson 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Musztarda 20g (<i>GOR</i>), Ogórek zielony 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sos myśliwski z kielbasą i pieczarkami 250g (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Papryka konserwowa 50g (<i>S02</i>),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2484.59 kcal; Białko ogółem: 84.97 g; Tłuszcz: 104.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.69 g; Węglowodany ogółem: 310.54 g; suma cukrów prostych: 53.09 g; Sód: 5977.28 mg; Błonnik pokarmowy: 26.45 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bitka drobiowa w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2085.09 kcal; Białko ogółem: 88.25 g; Tłuszcz: 59.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.29 g; Węglowodany ogółem: 303.40 g; suma cukrów prostych: 70.11 g; Sód: 4696.02 mg; Błonnik pokarmowy: 23.95 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bitka drobiowa w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g ,	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kefir 200g (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2496.29 kcal; Białko ogółem: 112.56 g; Tłuszcz: 72.72 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.92 g; Węglowodany ogółem: 364.17 g; suma cukrów prostych: 78.64 g; Sód: 5175.42 mg; Błonnik pokarmowy: 36.93 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Bitka drobiowa w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: chleb bałtonowski 50g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Kefir 200g (<i>MLE</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2392.79 kcal; Białko ogółem: 103.62 g; Tłuszcz: 69.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.66 g; Węglowodany ogółem: 338.82 g; suma cukrów prostych: 79.77 g; Sód: 4926.42 mg; Błonnik pokarmowy: 25.60 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Koperkowa z ziemniakami P 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sos myśliwski z kielbasą i pieczarkami 250g (<i>GLU, GOR</i>), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Śliwki 100g ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2439.59 kcal; Białko ogółem: 88.55 g; Tłuszcz: 89.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 51.45 g; Węglowodany ogółem: 330.03 g; suma cukrów prostych: 61.24 g; Sód: 5589.23 mg; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Koperkowa z ziemniakami P 300g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sos myśliwski z kielbasą i pieczarkami 250g (<i>GLU, GOR</i>), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Kefir 100g (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2339.68 kcal; Białko ogółem: 78.93 g; Tłuszcz: 81.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; suma cukrów prostych: 77.26 g; Sód: 5830.78 mg; Błonnik pokarmowy: 25.24 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta z boczku wędzonego z cebulką 80g (<i>GLU, JAJ, GOR, S02</i>), Papryka 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, SOJ, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Śledź w sosie pomidorowym 100g (<i>RYB, SOJ, SEL</i>), Ogórek zielony 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2206.55 kcal; Białko ogółem: 99.60 g; Tłuszcz: 71.08 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.88 g; Węglowodany ogółem: 300.17 g; suma cukrów prostych: 68.06 g; Sód: 6790.91 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, SOJ, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 80g /kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2195.08 kcal; Białko ogółem: 93.90 g; Tłuszcz: 61.04 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.32 g; Węglowodany ogółem: 315.35 g; suma cukrów prostych: 116.03 g; Sód: 5676.69 mg; Błonnik pokarmowy: 22.31 g;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (<i>SEL</i>), Papryka 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, SOJ, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.33 kcal; Białko ogółem: 116.27 g; Tłuszcz: 80.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.79 g; Węglowodany ogółem: 310.55 g; suma cukrów prostych: 76.22 g; Sód: 6396.04 mg; Błonnik pokarmowy: 34.71 g;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasta mięsna 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, SOJ, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 80g /kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkoty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2407.18 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 73.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.27 g; Węglowodany ogółem: 333.03 g; suma cukrów prostych: 125.81 g; Sód: 5741.49 mg; Błonnik pokarmowy: 24.59 g;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Pasta mięsna 80g (<i>SEL</i>), Papryka 80g ,	Krupnik 350g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie P 100g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 80g /kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.93 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 72.56 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 352.83 g; suma cukrów prostych: 126.26 g; Sód: 5787.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

wtorek 2026-09-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Pasta mięsna 80g (<i>SEL</i>), Papryka 80g ,	Krupnik 350g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie P 100g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 80g /kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2390.93 kcal; Białko ogółem: 86.03 g; Tłuszcz: 72.56 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 352.83 g; suma cukrów prostych: 126.26 g; Sód: 5787.64 mg; Błonnik pokarmowy: 25.92 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Kielbasa salami 80g (<i>GLU, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,	Buraczkowa 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z cukinią i kurczakiem SZP 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2407.26 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 81.00 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.73 g; Węglowodany ogółem: 323.35 g; suma cukrów prostych: 107.32 g; Sód: 3858.08 mg; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;		
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z cukinią i kurczakiem SZP 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2118.95 kcal; Białko ogółem: 83.83 g; Tłuszcz: 60.47 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.05 g; Węglowodany ogółem: 287.24 g; suma cukrów prostych: 109.33 g; Sód: 4180.63 mg; Błonnik pokarmowy: 20.39 g;		
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z cukinią i kurczakiem SZP 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony 50g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2269.05 kcal; Białko ogółem: 97.84 g; Tłuszcz: 75.20 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 290.35 g; suma cukrów prostych: 77.38 g; Sód: 4493.43 mg; Błonnik pokarmowy: 29.65 g;		
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z cukinią i kurczakiem SZP 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50g (<i>S02</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Jabłko pieczone 1szt ,	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2217.30 kcal; Białko ogółem: 98.98 g; Tłuszcz: 61.79 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.26 g; Węglowodany ogółem: 313.02 g; suma cukrów prostych: 122.14 g; Sód: 3825.53 mg; Błonnik pokarmowy: 19.71 g;		
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,	Buraczkowa S 350ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z cukinią i kurczakiem SZP 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.53 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 72.51 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.81 g; Węglowodany ogółem: 338.68 g; suma cukrów prostych: 100.11 g; Sód: 4658.02 mg; Błonnik pokarmowy: 21.49 g;		
środa 2026-09-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,	Buraczkowa S 350ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z cukinią i kurczakiem SZP 400g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.73 kcal; Białko ogółem: 86.98 g; Tłuszcz: 72.06 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 332.18 g; suma cukrów prostych: 99.89 g; Sód: 4582.62 mg; Błonnik pokarmowy: 19.23 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 130g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 300g, Surówka wielowarzywna 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2514.84 kcal; Białko ogółem: 101.51 g; Tłuszcz: 76.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.61 g; Węglowodany ogółem: 356.26 g; suma cukrów prostych: 94.38 g; Sód: 5764.67 mg; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna		
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g, Buraczki tarte 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2257.35 kcal; Białko ogółem: 78.92 g; Tłuszcz: 65.86 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.47 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; suma cukrów prostych: 104.19 g; Sód: 4856.57 mg; Błonnik pokarmowy: 22.20 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów		
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Szynka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g, Surówka wielowarzywna 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo razowe 120g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń b/c 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2472.83 kcal; Białko ogółem: 105.36 g; Tłuszcz: 73.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.69 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; suma cukrów prostych: 72.68 g; Sód: 5674.85 mg; Błonnik pokarmowy: 32.37 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu		
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g, Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki 300g, Buraczki tarte 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 10g, Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Budyń z cukrem 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2477.40 kcal; Białko ogółem: 92.68 g; Tłuszcz: 61.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.14 g; Węglowodany ogółem: 366.84 g; suma cukrów prostych: 131.22 g; Sód: 5064.22 mg; Błonnik pokarmowy: 22.24 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g, Ziemniaki 300g, Surówka wielowarzywna 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2435.30 kcal; Białko ogółem: 89.00 g; Tłuszcz: 79.24 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.82 g; Węglowodany ogółem: 344.56 g; suma cukrów prostych: 98.10 g; Sód: 5582.22 mg; Błonnik pokarmowy: 24.81 g;

czwartek 2026-09-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Zupa mleczna z kaszką manną 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 60 g, szynka gotowana 50 g 1Por (<i>GOR, S02</i>), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g, Ziemniaki 300g, Surówka wielowarzywna 150g, Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g, Pieczywo pszenne- żytnie 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2430.50 kcal; Białko ogółem: 88.42 g; Tłuszcz: 78.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.74 g; Węglowodany ogółem: 338.06 g; suma cukrów prostych: 97.88 g; Sód: 5506.82 mg; Błonnik pokarmowy: 22.55 g;

Dietetyk

.....