

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g (<i>MLE</i>), Surówka z kapusty białej 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Rzodkiewka 80g , Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),
	Podwieczorek: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2337.23 kcal; Białko ogółem: 103.08 g; Tłuszcz: 73.68 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 314.22 g; suma cukrów prostych: 69.02 g; Sód: 4511.00 mg; Błonnik pokarmowy: 27.05 g;

czwartek 2026-07-09 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (<i>GLU, SOJ, SEL, S02</i>), Udko duszone w sosie własnym 120g (<i>GLU</i>), Ziemniaki 150g (<i>MLE</i>), Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g , Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),
	Podwieczorek: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.18 kcal; Białko ogółem: 104.28 g; Tłuszcz: 72.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 302.06 g; suma cukrów prostych: 59.15 g; Sód: 3221.59 mg; Błonnik pokarmowy: 25.69 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kakao 300ml (MLE), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Marmolada 50g (S02), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (SEL), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (GLU, RYB), Ziemniaki p 150g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 10g (MLE), Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (MLE), Sałata 35g , Bułka z serem D 1szt (MLE),
	Podwieczorek: Jabłko pieczone z powidłami 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2222.42 kcal; Białko ogółem: 86.31 g; Tłuszcz: 58.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.13 g; Węglowodany ogółem: 297.82 g; suma cukrów prostych: 132.75 g; Sód: 1913.17 mg; Błonnik pokarmowy: 22.49 g;

piątek 2026-07-10 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kakao 300ml (MLE), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 10g (MLE), Ser topiony 50g (MLE), Marmolada 50g (S02), Pomidor 80g ,	Buraczkowa 500ml (SEL), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (GLU, RYB), Ziemniaki p 150g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 20g (MLE), Twaróg na słodko z miodem 80g/30g 1Por (MLE), Sałata 35g , Bułka z serem D 1szt (MLE),
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2272.33 kcal; Białko ogółem: 86.45 g; Tłuszcz: 65.51 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.34 g; Węglowodany ogółem: 294.13 g; suma cukrów prostych: 131.96 g; Sód: 2301.90 mg; Błonnik pokarmowy: 23.22 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szynka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa gołąbkowa z bułką 500ml (<i>SEL</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 pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek świeży 50g , Kanapka mała z serem camembert 1szt (<i>MLE, S02</i>),
	Podwieczorek: Biskopiy 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2163.87 kcal; Białko ogółem: 79.56 g; Tłuszcz: 72.63 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 282.01 g; suma cukrów prostych: 91.49 g; Sód: 2817.43 mg; Błonnik pokarmowy: 19.09 g;

sobota 2026-07-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szynka 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 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g , Kanapka mała z serem camembert 1szt (<i>MLE, S02</i>),
	Podwieczorek: Biskopiy 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2310.94 kcal; Białko ogółem: 81.41 g; Tłuszcz: 77.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 34.12 g; Węglowodany ogółem: 305.65 g; suma cukrów prostych: 88.38 g; Sód: 3786.93 mg; Błonnik pokarmowy: 21.21 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosolnik 500g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Kottlet schabowy 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki p 150g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szyńka gotowana 40g, jajko 1szt 1g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g , Jabłko 1szt ,
	Podwieczorek: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.25 kcal; Białko ogółem: 123.35 g; Tłuszcz: 62.45 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 29.91 g; Węglowodany ogółem: 309.96 g; suma cukrów prostych: 88.77 g; Sód: 2235.84 mg; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

niedziela 2026-07-12 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosolnik 500g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Schab duszony w sosie własnym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki p 150g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szyńka gotowana 40g, jajko 1szt 1g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g , Jabłko 1szt ,
	Podwieczorek: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2248.20 kcal; Białko ogółem: 137.91 g; Tłuszcz: 72.18 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.75 g; Węglowodany ogółem: 289.52 g; suma cukrów prostych: 90.47 g; Sód: 2134.43 mg; Błonnik pokarmowy: 22.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Fasolowa 500ml (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Kanapka mała z serem camembert 1szt (<i>MLE, S02</i>),
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.74 kcal; Białko ogółem: 126.32 g; Tłuszcz: 66.16 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; suma cukrów prostych: 86.04 g; Sód: 3140.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

poniedziałek 2026-07-13 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Połędwica drobiowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Fasolowa 500ml (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 180g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Kanapka mała z serem camembert 1szt (<i>MLE, S02</i>),
	Podwieczorek: Nektarynka 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2383.74 kcal; Białko ogółem: 126.32 g; Tłuszcz: 66.16 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 39.13 g; Węglowodany ogółem: 330.26 g; suma cukrów prostych: 86.04 g; Sód: 3140.77 mg; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Dżem 80g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, S02</i>),	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Klops gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki p 150g , Salata w śmietanie 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szyńka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek zielony 80g , Bułka z serem D 1szt (<i>MLE</i>),
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.76 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz: 60.95 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; suma cukrów prostych: 160.33 g; Sód: 2847.01 mg; Błonnik pokarmowy: 15.18 g;

wtorek 2026-07-14 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Zupa mleczna z ryżem 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Dżem 80g/ser biały 30g 1Por (<i>MLE, S02</i>),	Owocowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Klops gotowany w sosie pomidorowym 90g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Ziemniaki p 150g , Salata w śmietanie 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szyńka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek zielony 80g , Bułka z serem D 1szt (<i>MLE</i>),
	Podwieczorek: Banan 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2132.76 kcal; Białko ogółem: 78.68 g; Tłuszcz: 60.95 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.16 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; suma cukrów prostych: 160.33 g; Sód: 2847.01 mg; Błonnik pokarmowy: 15.18 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Leczo warzywne z kielbasą i makaronem I 250g (<i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Powidła 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Jabłko 1szt ,
	Podwieczorek: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2080.72 kcal; Białko ogółem: 127.85 g; Tłuszcz: 66.37 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 26.84 g; Węglowodany ogółem: 302.49 g; suma cukrów prostych: 107.31 g; Sód: 2115.14 mg; Błonnik pokarmowy: 24.44 g;

środa 2026-07-15 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Salata 35g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Leczo warzywne z kurczakiem i makaronem d 250g (<i>GLU, JAJ, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Powidła 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor 80g , Jabłko 1szt ,
	Podwieczorek: Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2017.62 kcal; Białko ogółem: 128.71 g; Tłuszcz: 59.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.20 g; Węglowodany ogółem: 299.99 g; suma cukrów prostych: 105.78 g; Sód: 1755.04 mg; Błonnik pokarmowy: 23.54 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-16 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szyńka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek małosolny 80g ,	Neapolitańska z serków topionych z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Zraz mielony duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki p 150g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2507.60 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 82.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 53.61 g; Węglowodany ogółem: 297.83 g; suma cukrów prostych: 92.19 g; Sód: 6562.49 mg; Błonnik pokarmowy: 26.32 g;

czwartek 2026-07-16 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>), Szyńka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Neapolitańska z serków topionych z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Zraz mielony duszony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Surówka z marchwi i jabłka 150g (<i>MLE</i>), Ziemniaki 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Serek homogenizowany owocowy 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2474.70 kcal; Białko ogółem: 96.54 g; Tłuszcz: 79.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 55.49 g; Węglowodany ogółem: 297.15 g; suma cukrów prostych: 93.29 g; Sód: 5261.29 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-07-17 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet rybny 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki 150g (<i>MLE</i>), Fasolka szparagowa 150g , 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 80g ,
	Podwieczorek: Drożdżówka 1 szt 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2324.57 kcal; Białko ogółem: 87.56 g; Tłuszcz: 68.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 39.79 g; Węglowodany ogółem: 330.56 g; suma cukrów prostych: 102.97 g; Sód: 4850.85 mg; Błonnik pokarmowy: 22.50 g;

piątek 2026-07-17 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>), Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki 150g (<i>MLE</i>), Fasolka szparagowa 150g , 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 80g ,
	Podwieczorek: Drożdżówka 1 szt 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2286.49 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 66.74 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.32 g; Węglowodany ogółem: 328.58 g; suma cukrów prostych: 105.03 g; Sód: 4740.95 mg; Błonnik pokarmowy: 22.22 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-18 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 1 szt/powidła 50g 1Por (<i>JAJ</i>), Sałata 35g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Rzodkiewka 80g ,
	Podwieczorek: Biskopiy 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2432.50 kcal; Białko ogółem: 93.80 g; Tłuszcz: 71.99 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.92 g; Węglowodany ogółem: 352.30 g; suma cukrów prostych: 115.70 g; Sód: 4063.64 mg; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;

sobota 2026-07-18 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>), Jajko gotowane 1 szt/powidła 50g 1Por (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>), Surówka z kapusty pekińskiej s 120g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Biskopiy 40g (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2270.06 kcal; Białko ogółem: 128.29 g; Tłuszcz: 68.74 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.70 g; Węglowodany ogółem: 323.27 g; suma cukrów prostych: 120.09 g; Sód: 4159.11 mg; Błonnik pokarmowy: 25.68 g;

Dietetyk

.....