

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z sosem bolonese I 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser żółty 80g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2524.30 kcal; Białko ogółem: 113.84 g; Tłuszcz: 92.49 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 63.48 g; Węglowodany ogółem: 308.35 g; suma cukrów prostych: 55.22 g; Sól: 5.70 g; Błonnik pokarmowy: 21.11 g;

środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Makaron z sosem bolonese D 400g (<i>GLU, JAJ, MLE, GOR</i>), Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Szynka z kotła 80g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2562.87 kcal; Białko ogółem: 110.37 g; Tłuszcz: 83.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 52.52 g; Węglowodany ogółem: 332.20 g; suma cukrów prostych: 55.20 g; Sól: 6.12 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-12 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 70g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,	Owocowa z makaronem durum 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki b 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g , 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 zielony 80g ,
II Śniadanie: Herbatniki bebe 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2550.47 kcal; Białko ogółem: 64.95 g; Tłuszcz: 81.49 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.27 g; Węglowodany ogółem: 398.42 g; suma cukrów prostych: 103.29 g; Sól: 3.96 g; Błonnik pokarmowy: 21.19 g;

czwartek 2026-03-12 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>), Szynka z indyka 70g (<i>GLU, GOR</i>), Sałata 35g ,	Owocowa z makaronem durum 500ml (<i>GLU, JAJ</i>), Bitka wieprzowa duszona 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki b 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Herbatniki bebe 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2713.67 kcal; Białko ogółem: 69.76 g; Tłuszcz: 81.92 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.48 g; Węglowodany ogółem: 424.83 g; suma cukrów prostych: 104.88 g; Sól: 2.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.28 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-13 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>), Powidła 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Ogórek kiszony 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Jajko sadzone 2szt (<i>JAJ</i>), Ziemniaki b 200g , Buraczki tarte 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Drożdżówka 1 szt 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Bułka z pastą jajeczną D 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2471.41 kcal; Białko ogółem: 127.68 g; Tłuszcz: 74.56 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.25 g; Węglowodany ogółem: 319.44 g; suma cukrów prostych: 98.27 g; Sól: 8.46 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;

piątek 2026-03-13 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>), Powidła 50g/serek granii 1 szt 1Por (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki b 200g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 10g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Drożdżówka 1 szt 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Bułka z pastą jajeczną D 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2589.46 kcal; Białko ogółem: 139.35 g; Tłuszcz: 63.58 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.69 g; Węglowodany ogółem: 352.38 g; suma cukrów prostych: 100.57 g; Sól: 7.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-14 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 50g, ser top 25 g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Papryka 80g ,	Grochówka z parówką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Budyń b/c 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką konserwową D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2542.85 kcal; Białko ogółem: 111.35 g; Tłuszcz: 78.38 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.48 g; Węglowodany ogółem: 309.95 g; suma cukrów prostych: 103.35 g; Sól: 8.00 g; Błonnik pokarmowy: 30.17 g;

sobota 2026-03-14 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 50g, ser top 25 g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana z wklądką 500g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z marchwi i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<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>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Budyń b/c 150ml (<i>GLU, MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką konserwową D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2565.24 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 83.18 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 50.01 g; Węglowodany ogółem: 308.04 g; suma cukrów prostych: 103.52 g; Sól: 6.36 g; Błonnik pokarmowy: 23.44 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-15 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>), Salátka z ryżem i kielbasą 150g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosolnik 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet mielony 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b 200g , Kapusta czerwona zasmażana 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2479.42 kcal; Białko ogółem: 93.01 g; Tłuszcz: 75.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 39.11 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; suma cukrów prostych: 68.56 g; Sól: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;

niedziela 2026-03-15 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>), Salátka z ryżem i kielbasą 150g (<i>GLU, SEL, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosolnik 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Klops w sosie pietruszkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki b 200g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 60g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2478.11 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 65.04 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.52 g; Węglowodany ogółem: 373.27 g; suma cukrów prostych: 62.29 g; Sól: 6.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.76 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-16 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>), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Papryka 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Sos myśliwski 250g (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Serek owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2722.06 kcal; Białko ogółem: 93.61 g; Tłuszcz: 96.08 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 47.36 g; Węglowodany ogółem: 299.97 g; suma cukrów prostych: 94.07 g; Sól: 7.25 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g;

poniedziałek 2026-03-16 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 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Pomidor 80g ,	Koperkowa z ziemniakami 500g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Pulpet mięsny z sosem warzywnym 250g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Kasza jęczmienna 300g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka konserwowa 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Serek owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2763.18 kcal; Białko ogółem: 99.29 g; Tłuszcz: 81.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.94 g; Węglowodany ogółem: 326.53 g; suma cukrów prostych: 90.55 g; Sól: 5.93 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17 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>), Szynka gotowana 40g, jajko 1szt 1g (<i>JAJ, GOR</i>), Rzodkiewka 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 130g (<i>GLU</i>), Ziemniaki b 200g , Surówka z kapusty kiszzonej 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 60g/ser topiony plastry 2 szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2567.79 kcal; Białko ogółem: 109.52 g; Tłuszcz: 94.41 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 49.85 g; Węglowodany ogółem: 267.22 g; suma cukrów prostych: 69.82 g; Sól: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.18 g;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 150ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka gotowana 40g, jajko 1szt 1g (<i>JAJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Szynka wieprzowa duszona w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b 200g , Warzywa gotowane 150g (<i>SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa żywiecka 60g/ser topiony plastry 2 szt 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Ciastka 50g (<i>GLU, JAJ</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2679.60 kcal; Białko ogółem: 116.34 g; Tłuszcz: 86.69 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 52.15 g; Węglowodany ogółem: 350.37 g; suma cukrów prostych: 70.70 g; Sól: 8.22 g; Błonnik pokarmowy: 30.28 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-03-18 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>), Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Ogórek zielony 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser fromage 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2634.72 kcal; Białko ogółem: 111.07 g; Tłuszcz: 96.11 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.33 g; Węglowodany ogółem: 310.21 g; suma cukrów prostych: 82.32 g; Sól: 6.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;

środa 2026-03-18 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>), Pasta drobiowa 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Ziemniaczana 500g (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Pierogi leniwe z masłem 300g (<i>GLU, JAJ, 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 20g (<i>MLE</i>), Ser fromage 1szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2835.22 kcal; Białko ogółem: 115.93 g; Tłuszcz: 100.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 48.27 g; Węglowodany ogółem: 336.67 g; suma cukrów prostych: 83.94 g; Sól: 9.20 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19 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 50g/kielbasa szynkowa drobiowa 30g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Papryka 80g ,	Brokułowa 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b 200g , Bukiet warzyw 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Serek owocowy 1szt/powidła 50 g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z pastą jajeczną D 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2250.06 kcal; Białko ogółem: 111.29 g; Tłuszcz: 80.86 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.02 g; Węglowodany ogółem: 281.76 g; suma cukrów prostych: 90.88 g; Sól: 5.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g;

czwartek 2026-03-19 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>), Kielbasa szynkowa drobiowa 70g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Brokułowa 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR</i>), Filet gotowany w sosie cytrynowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki b 200g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Serek owocowy 1szt/powidła 50 g 1Por (<i>MLE</i>),
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z pastą jajeczną D 1szt (<i>GLU, JAJ</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2278.50 kcal; Białko ogółem: 108.41 g; Tłuszcz: 70.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 304.97 g; suma cukrów prostych: 89.26 g; Sól: 6.57 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-20 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>), Twaróg z rzodkiewką 100g (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba smażona morszczuk 90g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki b 200g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 80g/ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2596.84 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 76.33 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.83 g; Węglowodany ogółem: 370.33 g; suma cukrów prostych: 110.81 g; Sól: 7.34 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;

piątek 2026-03-20 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>), Twaróg z zieleciną 100g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (<i>SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie pomidorowym 120g (<i>GLU, RYB</i>), Ziemniaki b 200g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Dżem 80g/ser topiony 50 g 1Por (<i>MLE, S02</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Galaretka z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2568.16 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 62.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 380.53 g; suma cukrów prostych: 113.70 g; Sól: 6.10 g; Błonnik pokarmowy: 24.28 g;

Dietetyk

.....