Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa salami 80g (***GLU, GOR***), Rzodkiewka 80g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kotlet schabowy 90g (***GLU, JAJ***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty kiszonej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (***MLE, S02***), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2426.53 kcal; Białko ogółem: 107.40 g; Tłuszcz: 78.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.88 g; Węglowodany ogółem: 341.42 g; suma cukrów prostych: 97.45 g; Sód: 5497.76 mg; Błonnik pokarmowy: 28.82 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (***MLE, S02***), Pomidor 50g ,
	Podwieczorek: Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2208.75 kcal; Białko ogółem: 126.61 g; Tłuszcz: 62.08 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.08 g; Węglowodany ogółem: 303.29 g; suma cukrów prostych: 94.25 g; Sód: 6034.68 mg; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony 50g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2367.05 kcal; Białko ogółem: 140.99 g; Tłuszcz: 76.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.25 g; Węglowodany ogółem: 308.23 g; suma cukrów prostych: 63.79 g; Sód: 6348.38 mg; Błonnik pokarmowy: 33.85 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka z kotła 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 500g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (***MLE, S02***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2326.10 kcal; Białko ogółem: 129.81 g; Tłuszcz: 63.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.56 g; Węglowodany ogółem: 325.96 g; suma cukrów prostych: 104.36 g; Sód: 6056.08 mg; Błonnik pokarmowy: 23.20 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Szynka z kotła 80g (***GLU, GOR***), Rzodkiewka 80g ,	Rosół z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kotlet schabowy 90g (***GLU, JAJ***), Napój owocowy 300g (***S02***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty kiszonej 150g ,	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (***MLE, S02***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2399.19 kcal; Białko ogółem: 112.13 g; Tłuszcz: 64.01 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.57 g; Węglowodany ogółem: 359.99 g; suma cukrów prostych: 114.34 g; Sód: 5564.26 mg; Błonnik pokarmowy: 29.97 g;

środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Szynka z kotła 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Rosół z makaronem 350g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02***), Schab duszony w sosie własnym 90g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, S02***), Napój owocowy 300g (***S02***), Ziemniaki 300g , Kalafior gotowany 150g ,	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (***MLE, S02***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2231.82 kcal; Białko ogółem: 127.38 g; Tłuszcz: 55.03 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.22 g; Węglowodany ogółem: 324.71 g; suma cukrów prostych: 110.42 g; Sód: 5447.58 mg; Błonnik pokarmowy: 25.03 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kaszanka 180g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2124.97 kcal; Białko ogółem: 82.47 g; Tłuszcz: 67.77 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 13.45 g; Węglowodany ogółem: 306.89 g; suma cukrów prostych: 55.11 g; Sód: 6176.90 mg; Błonnik pokarmowy: 27.99 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2001.30 kcal; Białko ogółem: 78.98 g; Tłuszcz: 63.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.86 g; Węglowodany ogółem: 272.38 g; suma cukrów prostych: 64.65 g; Sód: 5059.78 mg; Błonnik pokarmowy: 20.65 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń b/c 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2325.45 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 69.78 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.54 g; Węglowodany ogółem: 324.80 g; suma cukrów prostych: 71.23 g; Sód: 5622.73 mg; Błonnik pokarmowy: 30.39 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2221.35 kcal; Białko ogółem: 92.74 g; Tłuszcz: 59.76 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.52 g; Węglowodany ogółem: 314.57 g; suma cukrów prostych: 91.68 g; Sód: 5267.43 mg; Błonnik pokarmowy: 20.69 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 80g (***GOR***), Papryka 80g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Surówka wielowarzywna 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2295.38 kcal; Białko ogółem: 94.09 g; Tłuszcz: 78.23 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 40.96 g; Węglowodany ogółem: 315.12 g; suma cukrów prostych: 81.83 g; Sód: 5400.35 mg; Błonnik pokarmowy: 25.01 g;

czwartek 2026-11-12	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,	Pomidorowa z ryżem 350ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Buraczki tarte 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.95 kcal; Białko ogółem: 93.23 g; Tłuszcz: 81.64 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.02 g; Węglowodany ogółem: 312.28 g; suma cukrów prostych: 91.61 g; Sód: 5213.93 mg; Błonnik pokarmowy: 20.87 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser żółty 80g (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,	Kalafiorowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim I 200g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2394.89 kcal; Białko ogółem: 91.69 g; Tłuszcz: 95.26 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.20 g; Węglowodany ogółem: 292.44 g; suma cukrów prostych: 59.62 g; Sód: 5648.24 mg; Błonnik pokarmowy: 31.53 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Serek granii 1 szt 1szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2041.23 kcal; Białko ogółem: 118.63 g; Tłuszcz: 79.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.12 g; Węglowodany ogółem: 266.63 g; suma cukrów prostych: 61.78 g; Sód: 5441.68 mg; Błonnik pokarmowy: 25.93 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Serek granii 1 szt 1szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2321.53 kcal; Białko ogółem: 126.31 g; Tłuszcz: 90.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 22.72 g; Węglowodany ogółem: 313.31 g; suma cukrów prostych: 79.60 g; Sód: 5549.18 mg; Błonnik pokarmowy: 33.74 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Serek granii 1 szt 1szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2090.94 kcal; Białko ogółem: 125.49 g; Tłuszcz: 68.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.47 g; Węglowodany ogółem: 293.06 g; suma cukrów prostych: 85.37 g; Sód: 5767.03 mg; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser żółty 80g (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,	Kalafiorowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim I 200g (***GLU, JAJ, RYB, SEL, GOR***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2346.64 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 83.93 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.36 g; Węglowodany ogółem: 300.83 g; suma cukrów prostych: 82.99 g; Sód: 5340.69 mg; Błonnik pokarmowy: 27.13 g;

piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Serek granii 1 szt 1szt (***MLE***), Pomidor 80g ,	Kalafiorowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Ryba morszczuk z sosem greckim D 200g (***RYB, SEL***), Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 2szt (***JAJ***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2138.68 kcal; Białko ogółem: 118.81 g; Tłuszcz: 77.19 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.88 g; Węglowodany ogółem: 293.04 g; suma cukrów prostych: 85.55 g; Sód: 5302.93 mg; Błonnik pokarmowy: 23.96 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa golonkowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Fasolowa z parówką wierzową cienką 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 120g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2107.78 kcal; Białko ogółem: 82.66 g; Tłuszcz: 72.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 24.25 g; Węglowodany ogółem: 308.38 g; suma cukrów prostych: 86.29 g; Sód: 3968.87 mg; Błonnik pokarmowy: 31.54 g;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 120g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2071.52 kcal; Białko ogółem: 84.64 g; Tłuszcz: 73.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 18.50 g; Węglowodany ogółem: 292.01 g; suma cukrów prostych: 87.94 g; Sód: 4287.65 mg; Błonnik pokarmowy: 30.48 g;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 120g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 30g (***GLU, GOR***),	**Podwieczorek:** Budyń b/c 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2395.93 kcal; Białko ogółem: 101.92 g; Tłuszcz: 87.38 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.54 g; Węglowodany ogółem: 332.23 g; suma cukrów prostych: 102.37 g; Sód: 4484.45 mg; Błonnik pokarmowy: 38.64 g;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 120g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Pieczywo 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa drobiowa 30g (***GLU, GOR***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2130.98 kcal; Białko ogółem: 94.24 g; Tłuszcz: 60.67 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.27 g; Węglowodany ogółem: 314.48 g; suma cukrów prostych: 108.24 g; Sód: 4245.00 mg; Błonnik pokarmowy: 27.01 g;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Fasolowa z parówką wierzową cienką 500ml (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 120g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2204.66 kcal; Białko ogółem: 93.41 g; Tłuszcz: 75.89 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 43.65 g; Węglowodany ogółem: 314.91 g; suma cukrów prostych: 112.58 g; Sód: 3737.72 mg; Błonnik pokarmowy: 26.94 g;

sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Zupa z zielonego groszku z parówką drobiową 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (***GLU, MLE***), Surówka z selera 120g (***MLE, SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Twaróg z zieleniną 100g (***MLE***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Budyń z cukrem 150ml (***GLU, MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2150.37 kcal; Białko ogółem: 90.89 g; Tłuszcz: 76.29 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 43.89 g; Węglowodany ogółem: 300.00 g; suma cukrów prostych: 114.23 g; Sód: 4094.10 mg; Błonnik pokarmowy: 25.96 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Ogórek zielony 80g ,	Ryżanka 500g (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Surówka z kapusty białej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2282.75 kcal; Białko ogółem: 99.14 g; Tłuszcz: 74.75 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.28 g; Węglowodany ogółem: 310.63 g; suma cukrów prostych: 78.44 g; Sód: 6266.75 mg; Błonnik pokarmowy: 26.16 g;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2151.83 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 70.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.24 g; Węglowodany ogółem: 280.18 g; suma cukrów prostych: 68.37 g; Sód: 5934.45 mg; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2268.53 kcal; Białko ogółem: 107.96 g; Tłuszcz: 79.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.20 g; Węglowodany ogółem: 290.78 g; suma cukrów prostych: 78.10 g; Sód: 5981.65 mg; Błonnik pokarmowy: 31.70 g;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Pieczywo 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.63 kcal; Białko ogółem: 108.58 g; Tłuszcz: 54.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 316.74 g; suma cukrów prostych: 79.28 g; Sód: 6176.15 mg; Błonnik pokarmowy: 26.47 g;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Ogórek zielony 80g ,	Ryżanka 500g (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Surówka z kapusty białej 150g , Ziemniaki 300g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),
II Śniadanie: Banan 1szt ,	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2344.29 kcal; Białko ogółem: 98.55 g; Tłuszcz: 71.24 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.29 g; Węglowodany ogółem: 327.10 g; suma cukrów prostych: 126.33 g; Sód: 6068.75 mg; Błonnik pokarmowy: 28.00 g;

niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kakao 300ml (***MLE***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka konserwowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 50g ,	Ryżanka 500g (***SOJ, SEL, GOR, S02***), Pieczeń wieprzowa w sosie własnym 90g (***GLU, MLE***), Ziemniaki 300g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Kiełbasa żywiecka 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Banan 1szt ,	**Podwieczorek:** Jabłko pieczone 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2281.17 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 68.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.39 g; Węglowodany ogółem: 316.60 g; suma cukrów prostych: 115.87 g; Sód: 5939.65 mg; Błonnik pokarmowy: 28.16 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Ogórek kiszony 80g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Risotto I 350g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (***JAJ, MLE***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.77 kcal; Białko ogółem: 90.81 g; Tłuszcz: 80.35 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 21.42 g; Węglowodany ogółem: 307.76 g; suma cukrów prostych: 54.01 g; Sód: 5791.31 mg; Błonnik pokarmowy: 28.96 g;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Risotto D 350g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (***JAJ, MLE***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2042.11 kcal; Białko ogółem: 80.61 g; Tłuszcz: 64.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 16.24 g; Węglowodany ogółem: 262.96 g; suma cukrów prostych: 50.44 g; Sód: 3893.25 mg; Błonnik pokarmowy: 22.42 g;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Risotto D 350g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (***JAJ, MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.21 kcal; Białko ogółem: 99.50 g; Tłuszcz: 81.09 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.02 g; Węglowodany ogółem: 285.40 g; suma cukrów prostych: 55.89 g; Sód: 4129.05 mg; Błonnik pokarmowy: 29.28 g;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Risotto D 350g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta z białek jaj 70g (***JAJ***), Ser topiony 25g (***MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2165.53 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 50.95 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.50 g; Węglowodany ogółem: 302.00 g; suma cukrów prostych: 71.45 g; Sód: 4391.50 mg; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 80g (***GLU, GOR***), Ogórek kiszony 80g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Risotto I 350g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (***JAJ, MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2406.37 kcal; Białko ogółem: 95.74 g; Tłuszcz: 80.14 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.48 g; Węglowodany ogółem: 315.55 g; suma cukrów prostych: 74.64 g; Sód: 5591.21 mg; Błonnik pokarmowy: 25.85 g;

poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka z indyka 70g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Ziemniaczana 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Risotto D 350g (***SEL***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Jajko gotowane 1szt/ser topiony 50g 1Por (***JAJ, MLE***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2214.51 kcal; Białko ogółem: 89.85 g; Tłuszcz: 64.80 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 303.34 g; suma cukrów prostych: 71.64 g; Sód: 3991.25 mg; Błonnik pokarmowy: 23.04 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztetowa 80g (***GLU, GOR***), Rzodkiewka 80g ,	Wiedeńska 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Udko duszone w sosie własnym 120g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Papryka 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2348.70 kcal; Białko ogółem: 103.00 g; Tłuszcz: 86.49 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.84 g; Węglowodany ogółem: 298.42 g; suma cukrów prostych: 67.24 g; Sód: 7271.18 mg; Błonnik pokarmowy: 29.43 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Wiedeńska 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Udko duszone w sosie własnym 120g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2319.43 kcal; Białko ogółem: 103.11 g; Tłuszcz: 95.60 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.66 g; Węglowodany ogółem: 262.46 g; suma cukrów prostych: 65.03 g; Sód: 6706.30 mg; Błonnik pokarmowy: 23.81 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Wiedeńska 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Udko duszone w sosie własnym 120g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel b/c 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.63 kcal; Białko ogółem: 104.77 g; Tłuszcz: 93.69 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 25.05 g; Węglowodany ogółem: 278.34 g; suma cukrów prostych: 82.89 g; Sód: 6547.70 mg; Błonnik pokarmowy: 27.65 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Pasta drobiowa 80g (***SEL***), Sałata 35g ,	Wiedeńska 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Udko duszone w sosie własnym 120g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2317.69 kcal; Białko ogółem: 107.92 g; Tłuszcz: 73.56 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 20.12 g; Węglowodany ogółem: 308.09 g; suma cukrów prostych: 92.04 g; Sód: 7349.98 mg; Błonnik pokarmowy: 27.48 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasztetowa 80g (***GLU, GOR***), Rzodkiewka 80g ,	Wiedeńska 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Udko duszone w sosie własnym 120g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2413.45 kcal; Białko ogółem: 101.38 g; Tłuszcz: 87.61 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 313.33 g; suma cukrów prostych: 90.83 g; Sód: 7039.03 mg; Błonnik pokarmowy: 27.29 g;

wtorek 2026-11-17	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasztet drobiowy 80g (***GLU, GOR***), Sałata 35g ,	Wiedeńska 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Udko duszone w sosie własnym 120g (***GLU***), Ziemniaki 300g , Surówka z marchwi i jabłka 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Kiełbasa szynkowa wieprzowa 80g (***GLU, SOJ, GOR***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Krakersy 40g (***GLU***),	**Podwieczorek:** Kisiel owocowy 150g (***GLU***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2413.38 kcal; Białko ogółem: 105.49 g; Tłuszcz: 85.44 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.07 g; Węglowodany ogółem: 306.69 g; suma cukrów prostych: 89.08 g; Sód: 6734.55 mg; Błonnik pokarmowy: 24.27 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese I 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (***MLE, GOR***), Papryka konserwowa 50g (***S02***),
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2373.15 kcal; Białko ogółem: 109.12 g; Tłuszcz: 84.27 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.39 g; Węglowodany ogółem: 312.78 g; suma cukrów prostych: 56.75 g; Sód: 5262.96 mg; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Sałata 35g ,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2182.34 kcal; Białko ogółem: 96.11 g; Tłuszcz: 70.73 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.24 g; Węglowodany ogółem: 301.09 g; suma cukrów prostych: 74.31 g; Sód: 4634.78 mg; Błonnik pokarmowy: 21.48 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Szynka gotowana 80g (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty b/cukru 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jogurt naturalny 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2306.21 kcal; Białko ogółem: 114.77 g; Tłuszcz: 81.55 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.64 g; Węglowodany ogółem: 283.98 g; suma cukrów prostych: 54.76 g; Sód: 5057.52 mg; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2209.74 kcal; Białko ogółem: 99.49 g; Tłuszcz: 60.41 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 12.75 g; Węglowodany ogółem: 327.91 g; suma cukrów prostych: 89.27 g; Sód: 4657.18 mg; Błonnik pokarmowy: 21.80 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese I 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 50g/ser żółty 30 g 1Por (***MLE, GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2331.70 kcal; Białko ogółem: 108.12 g; Tłuszcz: 81.15 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.44 g; Węglowodany ogółem: 302.84 g; suma cukrów prostych: 71.31 g; Sód: 4867.30 mg; Błonnik pokarmowy: 21.15 g;

środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Polędwica drobiowa 80g (***GLU, GOR***), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Makaron z sosem bolonese D 400g (***GLU, JAJ, MLE, GOR***), Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Szynka gotowana 50g/powidła 50g 1Por (***GOR***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Biszkopty 40g (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jogurt owocowy 1szt (***MLE***),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2296.54 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 69.67 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 334.77 g; suma cukrów prostych: 89.73 g; Sód: 4736.18 mg; Błonnik pokarmowy: 24.06 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,	Porowa 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (***SOJ, SEL, S02***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2053.22 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; Tłuszcz: 69.29 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 19.71 g; Węglowodany ogółem: 259.58 g; suma cukrów prostych: 53.72 g; Sód: 13276.12 mg; Błonnik pokarmowy: 26.34 g;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,	Selerowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Schab pieczony 70g (***SOJ, SEL, S02***), Pomidor 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2061.40 kcal; Białko ogółem: 127.69 g; Tłuszcz: 77.07 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.34 g; Węglowodany ogółem: 252.99 g; suma cukrów prostych: 51.11 g; Sód: 6344.72 mg; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,	Selerowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 120g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Schab pieczony 70g (***SOJ, SEL, S02***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kefir 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2252.30 kcal; Białko ogółem: 140.83 g; Tłuszcz: 82.34 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.96 g; Węglowodany ogółem: 284.27 g; suma cukrów prostych: 67.29 g; Sód: 6430.02 mg; Błonnik pokarmowy: 34.16 g;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Kawa z mlekiem 300ml (***GLU, MLE, GOR***), Pieczywo mieszane 130g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,	Selerowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Schab pieczony 70g (***SOJ, SEL, S02***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kefir 1szt (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2059.10 kcal; Białko ogółem: 135.36 g; Tłuszcz: 62.57 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 276.66 g; suma cukrów prostych: 68.41 g; Sód: 6348.92 mg; Błonnik pokarmowy: 26.81 g;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser biały 100g (***MLE***), Ogórek zielony 80g ,	Porowa 500ml (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Schab pieczony 70g (***SOJ, SEL, S02***), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2054.52 kcal; Białko ogółem: 136.33 g; Tłuszcz: 71.53 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.50 g; Węglowodany ogółem: 251.62 g; suma cukrów prostych: 67.92 g; Sód: 13000.62 mg; Błonnik pokarmowy: 27.70 g;

czwartek 2026-11-19	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser biały 100g (***MLE***), Sałata 35g ,	Selerowa 500g (***SOJ, MLE, SEL, GOR, S02***), Pieczeń rzymska w sosie własnym 90g (***GLU, JAJ, MLE***), Kasza jęczmienna 300g (***GLU***), Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Schab pieczony 70g (***SOJ, SEL, S02***), Pomidor 50g ,
II Śniadanie: Kefir 200g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Kiwi 100g ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2087.90 kcal; Białko ogółem: 131.51 g; Tłuszcz: 75.12 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.63 g; Węglowodany ogółem: 255.48 g; suma cukrów prostych: 65.07 g; Sód: 6160.22 mg; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: IC

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: Podstawowa**	
Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Pasta z ryby makreli 80g (***JAJ, RYB***), Ogórek kiszony 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kotlet rybny z morszczuka 120g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Papryka 80g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2405.38 kcal; Białko ogółem: 90.64 g; Tłuszcz: 88.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 27.52 g; Węglowodany ogółem: 281.20 g; suma cukrów prostych: 51.88 g; Sód: 6876.24 mg; Błonnik pokarmowy: 22.39 g;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna**	
Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (***MLE***), Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g ,	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 30g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2224.45 kcal; Białko ogółem: 65.53 g; Tłuszcz: 75.85 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 14.31 g; Węglowodany ogółem: 287.21 g; suma cukrów prostych: 55.15 g; Sód: 5976.45 mg; Błonnik pokarmowy: 24.91 g;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: Z ograniczeniem łatwo przyswajalnych weglowodanów**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Sałatka jarzynowa 200g (***JAJ, SEL, GOR***), Pomidor 80g , Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (***MLE***),	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 20g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Chleb razowy 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2267.40 kcal; Białko ogółem: 76.12 g; Tłuszcz: 73.32 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.33 g; Węglowodany ogółem: 304.45 g; suma cukrów prostych: 70.76 g; Sód: 6414.05 mg; Błonnik pokarmowy: 34.78 g;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu**	
Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g , Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (***MLE***),	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Pieczywo 50g (***GLU***), Margaryna śniadaniowa 10g , Ser biały 30g (***MLE***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2345.40 kcal; Białko ogółem: 75.96 g; Tłuszcz: 59.94 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 15.36 g; Węglowodany ogółem: 337.91 g; suma cukrów prostych: 80.89 g; Sód: 6219.40 mg; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Pasta z ryby makreli 80g (***JAJ, RYB***), Ogórek kiszony 80g , Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (***MLE***),	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Kotlet rybny z morszczuka 120g (***GLU, JAJ, RYB***), Ziemniaki 300g , Sałata w śmietanie z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 100g (***GLU***), Masło 10g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2432.55 kcal; Białko ogółem: 91.16 g; Tłuszcz: 80.84 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 38.40 g; Węglowodany ogółem: 298.89 g; suma cukrów prostych: 75.54 g; Sód: 6807.87 mg; Błonnik pokarmowy: 24.38 g;

piątek 2026-11-20	**Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci**	
Kawa b/ml 150ml (***GLU, GOR***), Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Sałatka jarzynowa diet 200g (***JAJ, SEL***), Pomidor 80g , Zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (***MLE***),	Krupnik 500g (***GLU, SOJ, SEL, GOR, S02***), Pulpet rybny w sosie koperkowym 90g (***GLU, RYB, SOJ, MLE, SEL, S02***), Ziemniaki 300g , Sałata z jogurtem z nasionami słonecznika 150g (***MLE***), Napój owocowy 300g (***S02***),	Herbata 400g , Pieczywo razowe 70g (***GLU***), Masło 20g (***MLE***), Ser topiony pl. 4szt (***MLE***), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Drożdżówka 1 szt 1szt (***GLU, JAJ***),	**Podwieczorek:** Jabłko 1szt ,	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2415.00 kcal; Białko ogółem: 73.61 g; Tłuszcz: 81.48 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 39.70 g; Węglowodany ogółem: 324.54 g; suma cukrów prostych: 77.36 g; Sód: 5937.05 mg; Błonnik pokarmowy: 32.79 g;

Dietetyk

.....

Zastrzegamy możliwość zmiany jadłospisu .Pełna informacja o zawartości dań w jadłospisach jest dostępna w dziale żywienia, lub pod numerem 52 33 08 378.