

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Masło 20g (MLE), Ser żółty 80g (MLE), Ogórek zielony 80g ,	Ryżanka 500g (SOJ, SEL, GOR, S02), Ryba morskczuk z sosem greckim I 200g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GOR), Ziemniaki b 200g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (GLU), Masło 20g (MLE), Jajko gotowane 1 szt/ twaróg z zieleciną 50 g 1Por (JAJ, MLE), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pączek 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2412.68 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 86.28 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 51.44 g; Węglowodany ogółem: 306.59 g; suma cukrów prostych: 61.82 g; Sód: 5255.38 mg; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;

piątek 2026-06-19 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 20g (MLE), Dżem 80g/ser topiony 50 g 1Por (MLE, S02), Pomidor 80g ,	Ryżanka 500g (SOJ, SEL, GOR, S02), Ryba morskczuk z sosem greckim D 200g (RYB, SEL), Ziemniaki b 200g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 1 szt/ twaróg z zieleciną 50 g 1Por (JAJ, MLE), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pączek 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2518.36 kcal; Białko ogółem: 87.22 g; Tłuszcz: 63.12 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 32.92 g; Węglowodany ogółem: 368.61 g; suma cukrów prostych: 110.59 g; Sód: 5181.63 mg; Błonnik pokarmowy: 25.53 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-20		
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>), Pasta z boczku wędzonego z cebulką 80g (<i>GLU, JAJ, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,	Grochówka z parówką cienką wieprzową 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>MLE</i>), Surówka z cukini, marchewki i jabłka 120g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2557.76 kcal; Białko ogółem: 94.47 g; Tłuszcz: 87.59 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 379.88 g; suma cukrów prostych: 114.44 g; Sód: 5355.53 mg; Błonnik pokarmowy: 31.50 g;

sobota 2026-06-20		
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>), Pasta mięsna 80g (<i>SEL</i>), Pomidor 80g ,	Zupa wielowarzywna z paluszkami wieprzowymi 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryż na mleku z jabłkiem prażonym i cynamonem 400g (<i>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>), Kielbasa szynkowa 50g, powidła 50 g 60g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2658.18 kcal; Białko ogółem: 98.08 g; Tłuszcz: 92.43 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 48.13 g; Węglowodany ogółem: 385.67 g; suma cukrów prostych: 120.97 g; Sód: 5239.82 mg; Błonnik pokarmowy: 32.09 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21		
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>), Szyńka z indyka 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet schabowy 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki 300g , Salata w śmietanie 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szyńka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Papryka 80g ,
II Śniadanie: Galaretką z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2388.93 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 76.96 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.85 g; Węglowodany ogółem: 346.67 g; suma cukrów prostych: 65.98 g; Sód: 5190.96 mg; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;

niedziela 2026-06-21		
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 80g ,	Rosół z makaronem 500g (<i>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Schab gotowany w sosie koperkowym 90g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, S02</i>), Ziemniaki 300g , Salata z jogurtem 150g (<i>MLE</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szyńka konserwowa 50g (<i>GLU, GOR</i>), Ser biały 30g (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Galaretką z owocami mieszanymi 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2522.95 kcal; Białko ogółem: 88.66 g; Tłuszcz: 72.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 354.75 g; suma cukrów prostych: 64.00 g; Sód: 5416.90 mg; Błonnik pokarmowy: 22.57 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Ogórek zielony 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Bigos z młodej kapust z kiełbasą 250g (<i>GLU, GOR</i>), Ziemniaki b 200g , 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>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2463.06 kcal; Białko ogółem: 96.20 g; Tłuszcz: 97.67 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 44.98 g;
Węglowodany ogółem: 302.09 g; suma cukrów prostych: 58.84 g; Sód: 5857.50 mg; Błonnik pokarmowy: 24.67 g;

poniedziałek 2026-06-22 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (<i>GLU, MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Paszтет drobiowy 80g (<i>GLU, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa z zielonego groszku 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Gulasz wieprzowy z warzywami 250g (<i>GLU, MLE, SEL</i>), Ziemniaki b 200g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Jajko gotowane 2szt (<i>JAJ</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jabłko pieczone 1szt ,	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2376.95 kcal; Białko ogółem: 99.24 g; Tłuszcz: 89.39 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 35.08 g;
Węglowodany ogółem: 289.29 g; suma cukrów prostych: 62.44 g; Sód: 5103.75 mg; Błonnik pokarmowy: 30.62 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-23 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>), Szyńka gotowana 80g (<i>GOR</i>), Papryka 80g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie cytrynowym 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ryż 100g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 80g /kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Ogórek zielony 80g ,
II Śniadanie: Kisiel 150g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2492.00 kcal; Białko ogółem: 94.31 g; Tłuszcz: 65.19 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.30 g; Węglowodany ogółem: 391.12 g; suma cukrów prostych: 132.01 g; Sód: 5685.68 mg; Błonnik pokarmowy: 24.92 g;

wtorek 2026-06-23 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 gotowana 80g (<i>GOR</i>), Pomidor 80g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 500ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Filet gotowany w sosie cytrynowym 120g (<i>GLU, MLE</i>), Ryż 100g , Marchew gotowana 150g (<i>GLU</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Dżem 80g /kielbasa żywiecka 30 g 1Por (<i>GLU, GOR, S02</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Kisiel 150g (<i>GLU</i>),	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2643.20 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 65.36 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.46 g; Węglowodany ogółem: 415.20 g; suma cukrów prostych: 131.93 g; Sód: 5581.33 mg; Błonnik pokarmowy: 26.27 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Masło 20g (MLE), Szynka z kotle 80g (GLU, GOR), Ogórek kiszony 80g ,	Barszcz ukraiński 500ml (SEL), Makaron z serem i sosem truskawkowym 400g (GLU, JAJ, MLE), Surówka wielowarzywna s 120g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (GLU), Masło 20g (MLE), Marmolada 50 g ser topiony 50 g 1Por (MLE, S02), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2690.85 kcal; Białko ogółem: 101.79 g; Tłuszcz: 69.70 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.81 g; Węglowodany ogółem: 409.60 g; suma cukrów prostych: 126.15 g; Sód: 5305.23 mg; Błonnik pokarmowy: 35.21 g;

środa 2026-06-24 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 20g (MLE), Szynka z kotła 80g (GLU, GOR), Pomidor 80g ,	Barszcz z ziemniakami 500ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Makaron z serem i sosem truskawkowym 400g (GLU, JAJ, MLE), Warzywa gotowane 120g (SEL), Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 20g (MLE), Marmolada 60 g jogurt owocowy 1 szt. 1Por (MLE, S02),
II Śniadanie: Pomarańcza 150g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (GLU, MLE),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2682.24 kcal; Białko ogółem: 97.41 g; Tłuszcz: 66.97 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 36.22 g; Węglowodany ogółem: 433.35 g; suma cukrów prostych: 137.97 g; Sód: 5115.43 mg; Błonnik pokarmowy: 30.67 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-25		
Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo mieszane 100g (GLU), Masło 20g (MLE), Polędwica drobiowa 80g (GLU, GOR), Papryka 80g ,	Brokułowa 500ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (GLU, MLE), Ziemniaki b 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (GLU), Masło 20g (MLE), Szynka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (GLU, MLE, GOR), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Budyń 150ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (GLU, GOR),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2402.79 kcal; Białko ogółem: 100.08 g; Tłuszcz: 79.82 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 308.11 g; suma cukrów prostych: 72.95 g; Sód: 5449.99 mg; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;

czwartek 2026-06-25		
Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (GLU, MLE, GOR), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 20g (MLE), Polędwica drobiowa 80g (GLU, GOR), Pomidor 80g ,	Brokułowa 500ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Sztuka mięsa z karkówki opiekana w sosie własnym 90g (GLU, MLE), Ziemniaki b 200g , Surówka z kapusty pekińskiej 150g , Napój owocowy 300g (S02),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (GLU), Masło 20g (MLE), Szynka z indyka 50g/ser fromage 0,5szt 1Por (GLU, MLE, GOR), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Budyń 150ml (GLU, MLE),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (GLU, GOR),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2630.99 kcal; Białko ogółem: 104.18 g; Tłuszcz: 79.91 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.73 g; Węglowodany ogółem: 351.60 g; suma cukrów prostych: 92.52 g; Sód: 5345.79 mg; Błonnik pokarmowy: 22.59 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Ogórek zielony 80g ,	Jarzynowa 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet rybny z morskczuka 120g (<i>GLU, JAJ, RYB</i>), Ziemniaki b 200g , Fasolka szparagowa 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2671.03 kcal; Białko ogółem: 100.65 g; Tłuszcz: 73.32 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 43.93 g; Węglowodany ogółem: 375.09 g; suma cukrów prostych: 98.87 g; Sód: 5502.77 mg; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;

piątek 2026-06-26 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna dzieci		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (<i>MLE</i>), Kawa b/ml 150ml (<i>GLU, GOR</i>), Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Ser topiony pl. 4szt (<i>MLE</i>), Pomidor 80g ,	Jarzynowa 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Ryba gotowana w sosie koperkowym 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 , Ser biały 100g (<i>MLE</i>), Sałata 35g ,
II Śniadanie: Kiwi 100g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2521.49 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 63.84 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 30.54 g; Węglowodany ogółem: 350.80 g; suma cukrów prostych: 62.58 g; Sód: 5697.83 mg; Błonnik pokarmowy: 30.46 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-27 Jadłospis dla diety: Podstawa dzieci		
Kawa z mlekiem 300ml (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Kielbasa szynkowa wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Fasolowa z parówką wierzową cienką 500ml (<i>GLU, SOJ, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo mieszane 100g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka z kotta 50g/ ser topiony 25g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2285.07 kcal; Białko ogółem: 89.77 g; Tłuszcz: 72.92 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 42.50 g; Węglowodany ogółem: 341.68 g; suma cukrów prostych: 93.36 g; Sód: 4010.32 mg; Błonnik pokarmowy: 29.42 g;

sobota 2026-06-27 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 wieprzowa 80g (<i>GLU, SOJ, GOR</i>), Pomidor 80g ,	Kalfiorowa z wkładką 500ml (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kaszka manna na mleku z sosem truskawkowym 250ml (<i>GLU, MLE</i>), Surówka z selera 120g (<i>MLE, SEL</i>), Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Masło 20g (<i>MLE</i>), Szynka z kotta 50g/ ser topiony 25g 1Por (<i>GLU, MLE, GOR</i>), Pomidor 80g ,
II Śniadanie: Jogurt owocowy 1szt (<i>MLE</i>),	Podwieczorek: Bułka z szynką D 1szt (<i>GLU, MLE, GOR</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2487.22 kcal; Białko ogółem: 92.53 g; Tłuszcz: 77.98 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 45.69 g; Węglowodany ogółem: 365.84 g; suma cukrów prostych: 95.74 g; Sód: 4300.63 mg; Błonnik pokarmowy: 29.38 g;

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: VII		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-28		
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>), Serek grani 1szt/szynka gotowana 30 g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Papryka konserwowa 50g (<i>S02</i>),	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Kotlet drobiowy 90g (<i>GLU, JAJ</i>), Ziemniaki b 200g , Surówka z kapusty młodej z koperkiem 150g , Napój owocowy 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>), Ogórek świeży 50g ,
II Śniadanie: Arbuz 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2434.06 kcal; Białko ogółem: 161.48 g; Tłuszcz: 83.80 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 41.05 g; Węglowodany ogółem: 329.55 g; suma cukrów prostych: 92.34 g; Sód: 5798.87 mg; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;

niedziela 2026-06-28		
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>), Serek grani 1szt/szynka gotowana 30 g 1Por (<i>MLE, GOR</i>), Pomidor 50g ,	Zupa z fasolki szparagowej 500ml (<i>SOJ, MLE, SEL, GOR, S02</i>), Medalion w sosie potrawkowym 90g (<i>GLU, MLE</i>), Ziemniaki b 200g , Bukiet warzyw 150g , Napój owocowy 300g (<i>S02</i>),	Herbata 400g , Pieczywo pszenne- żytnie 130g (<i>GLU</i>), Margaryna śniadaniowa 20g , Schab pieczony 70g (<i>SOJ, SEL, S02</i>), Salata 35g ,
II Śniadanie: Arbuz 200g ,	Podwieczorek: Bułka z serem D 1szt (<i>GLU, MLE</i>),	

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna: 2401.96 kcal; Białko ogółem: 165.19 g; Tłuszcz: 71.80 g; kwasy tłuszczowe nasycone: 28.90 g; Węglowodany ogółem: 335.67 g; suma cukrów prostych: 83.48 g; Sód: 5904.85 mg; Błonnik pokarmowy: 25.86 g;

Dietetyk

.....