Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-21	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), Endywia 20 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pierogi ruskie z cebulką i wędzonym boczkiem 250 g (***SEL, GOR, SO2,***), surówka z porów i kapusty z majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mix sałat z pomidorem parzonym i ciecierzycą pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2586.18 kcal; białko og.: 99.22 g; tł.: 107.77 g; węgl.og.: 318.4 g; węgl.przysw.: 290.09 g; kw.tł.nasyc.: 37.56 g; błonnik: 26.1 g; sól: 6.89 g; suma.cuk.prost.: 70.12 g;		
środa 2024-02-21	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), Endywia 20 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), cukinia faszerowana mięsem i warzywami zapiekana 180 g (***JAJ, SEL, GOR, SEZ,***), sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , sałata lodowa z pomidorem parzonym i oliwą 104 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2411.59 kcal; białko og.: 100.68 g; tł.: 97.26 g; węgl.og.: 294.93 g; węgl.przysw.: 271.82 g; kw.tł.nasyc.: 32.4 g; błonnik: 23.1 g; sól: 7.25 g; suma.cuk.prost.: 74.08 g;		
środa 2024-02-21	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Endywia 20 g , pomarańcze 300 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), cukinia faszerowana mięsem i warzywami zapiekana 180 g (***JAJ, SEL, GOR, SEZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z porów i kapusty z majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 200 ml , sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mix sałat z pomidorem parzonym i ciecierzycą pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2237.96 kcal; białko og.: 90.47 g; tł.: 97.16 g; węgl.og.: 268.36 g; węgl.przysw.: 229.83 g; kw.tł.nasyc.: 29.1 g; błonnik: 36.35 g; sól: 6.19 g; suma.cuk.prost.: 88.73 g;		
środa 2024-02-21	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), miód 20g 1 szt , pomidorki koktajlowe 40 g , Endywia 20 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , zielone kluski ze szpinakiem 250 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL,***), sos jogurtowy waniliowy 100 ml (***MLE,***), surówka z porów i kapusty z majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym i ciecierzycą pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2381.49 kcal; białko og.: 77.36 g; tł.: 80.8 g; węgl.og.: 351.4 g; węgl.przysw.: 320.52 g; kw.tł.nasyc.: 27.79 g; błonnik: 26.71 g; sól: 4.91 g; suma.cuk.prost.: 96.76 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

środa 2024-02-21	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Endywia 20 g , pomarańcze 300 g ,	zupa żurek na wędzonce 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,***), pierogi ruskie z cebulką i wędzonym boczkiem 250 g (***SEL, GOR, SO2,***), surówka z porów i kapusty z majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mix sałat z pomidorem parzonym i ciecierzycą pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2613.02 kcal; białko og.: 98.02 g; tł.: 108.91 g; węgl.og.: 323.04 g; węgl.przysw.: 295.65 g; kw.tł.nasyc.: 36.88 g; błonnik: 25.17 g; sól: 6.3 g; suma.cuk.prost.: 85.67 g;		

środa 2024-02-21	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 70 g , pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), cukinia faszerowana mięsem i warzywami zapiekana 180 g (***JAJ, SEL, GOR, SEZ,***), sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2241.89 kcal; białko og.: 108.93 g; tł.: 72.54 g; węgl.og.: 302.05 g; węgl.przysw.: 273.96 g; kw.tł.nasyc.: 30.19 g; błonnik: 28.09 g; sól: 6.86 g; suma.cuk.prost.: 86.15 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-22	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotlet po iławsku drobiowy pieczony 100 g (***JAJ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** skyr naturalny 150ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2191.7 kcal; białko og.: 118.05 g; tł.: 72.01 g; węgl.og.: 285.06 g; węgl.przysw.: 256.32 g; kw.tł.nasyc.: 32.4 g; błonnik: 28.2 g; sól: 5.01 g; suma.cuk.prost.: 65.64 g;		
czwartek 2024-02-22	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), roladka mielona drobiowa ze szpinakiem gotowana 100 g , sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** skyr naturalny 150ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2248.72 kcal; białko og.: 123.51 g; tł.: 71.23 g; węgl.og.: 293.23 g; węgl.przysw.: 268.82 g; kw.tł.nasyc.: 32.77 g; błonnik: 24.4 g; sól: 5.06 g; suma.cuk.prost.: 64.35 g;		
czwartek 2024-02-22	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , rzodkiewka 20 g , gruszki 200 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), roladka mielona drobiowa ze szpinakiem gotowana 100 g , sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** mandarynki 200 g ,	dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** skyr naturalny 150ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2306.67 kcal; białko og.: 127.03 g; tł.: 82.69 g; węgl.og.: 286.53 g; węgl.przysw.: 226.19 g; kw.tł.nasyc.: 35.76 g; błonnik: 34.19 g; sól: 4.64 g; suma.cuk.prost.: 97.19 g;		
czwartek 2024-02-22	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlety z jaj i warzyw z zielonym groszkiem 2 szt (***JAJ, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** skyr naturalny 150ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2270.73 kcal; białko og.: 105.25 g; tł.: 81.37 g; węgl.og.: 297.43 g; węgl.przysw.: 268.19 g; kw.tł.nasyc.: 36.18 g; błonnik: 28.69 g; sól: 5.33 g; suma.cuk.prost.: 70.08 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2024-02-22	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , gruszki 200 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotlet po iławsku drobiowy pieczony 100 g (***JAJ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** drożdżówka z kruszonką mała 1 szt (***GLU, JAJ, MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** skyr naturalny 150ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2277.14 kcal; białko og.: 116.56 g; tł.: 72.12 g; węgl.og.: 309.41 g; węgl.przysw.: 256.04 g; kw.tł.nasyc.: 32.5 g; błonnik: 27.22 g; sól: 4.05 g; suma.cuk.prost.: 75 g;		

czwartek 2024-02-22	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), roladka mielona drobiowa ze szpinakiem gotowana 100 g , sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** drożdżówka z kruszonką mała 1 szt (***GLU, JAJ, MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** skyr naturalny 150ml 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2302.5 kcal; białko og.: 122.5 g; tł.: 72.09 g; węgl.og.: 308.86 g; węgl.przysw.: 279.99 g; kw.tł.nasyc.: 32.92 g; błonnik: 26.97 g; sól: 4.24 g; suma.cuk.prost.: 73.2 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-02-23	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 40 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor koktajlowy 40 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2029.46 kcal; białko og.: 90.5 g; tł.: 71.43 g; węgl.og.: 268.56 g; węgl.przysw.: 241.87 g; kw.tł.nasyc.: 26.62 g; błonnik: 26.68 g; sól: 4.84 g; suma.cuk.prost.: 46.26 g;		
piątek 2024-02-23	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 40 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2084.97 kcal; białko og.: 92.95 g; tł.: 72.08 g; węgl.og.: 275.61 g; węgl.przysw.: 254.53 g; kw.tł.nasyc.: 26.72 g; błonnik: 21.06 g; sól: 4.17 g; suma.cuk.prost.: 46.3 g;		
piątek 2024-02-23	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 40 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , mieszanka kolorowych sałat 10 g , jabłka 150 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1898.75 kcal; białko og.: 86.15 g; tł.: 68.62 g; węgl.og.: 250.57 g; węgl.przysw.: 217.36 g; kw.tł.nasyc.: 24.76 g; błonnik: 31.28 g; sól: 4.12 g; suma.cuk.prost.: 65.73 g;		
piątek 2024-02-23	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta wegańska z fasoli 70 g , dżem 25 g 2 szt (***SO2,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kluski szare z twarogiem i cebulką - wege 300 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Tartare 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2438.52 kcal; białko og.: 70.68 g; tł.: 67.68 g; węgl.og.: 404.09 g; węgl.przysw.: 366.07 g; kw.tł.nasyc.: 22.31 g; błonnik: 37.99 g; sól: 4.57 g; suma.cuk.prost.: 64.96 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2024-02-23	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 40 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor koktajlowy 40 g , mieszanka kolorowych sałat 10 g , galaretka z owocami 150 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2143.67 kcal; białko og.: 100.99 g; tł.: 75.32 g; węgl.og.: 283.07 g; węgl.przysw.: 255.12 g; kw.tł.nasyc.: 26.82 g; błonnik: 28.07 g; sól: 5.18 g; suma.cuk.prost.: 58.49 g;		

piątek 2024-02-23	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), schab pieczony 40 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , galaretka 150 ml ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2176.74 kcal; białko og.: 100.25 g; tł.: 78.88 g; węgl.og.: 281.7 g; węgl.przysw.: 258.69 g; kw.tł.nasyc.: 28.95 g; błonnik: 23.14 g; sól: 4.27 g; suma.cuk.prost.: 63.59 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-02-24	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z wędliny szynkowej z natką 70 g (***SEL,***), papryka świeża 60 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), stek mielony wołowo-wieprzowy pieczony z duszoną cebulką 100 g , ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** jogurt pitny naturalny 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2157.23 kcal; białko og.: 94.07 g; tł.: 77.69 g; węgl.og.: 285.13 g; węgl.przysw.: 256.76 g; kw.tł.nasyc.: 32.02 g; błonnik: 28.37 g; sól: 6.65 g; suma.cuk.prost.: 57.65 g;		
sobota 2024-02-24	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z wędliny szynkowej z natką 70 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kofty mielone wołowo-wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** jogurt pitny naturalny 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2138.38 kcal; białko og.: 96.39 g; tł.: 72.36 g; węgl.og.: 286.62 g; węgl.przysw.: 264.86 g; kw.tł.nasyc.: 32.38 g; błonnik: 21.76 g; sól: 6.67 g; suma.cuk.prost.: 52.17 g;		
sobota 2024-02-24	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z wędliny szynkowej z natką 70 g (***SEL,***), papryka świeża 60 g , Sałata dekoracyjna 12 g , gruszki 180 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kofty mielone wołowo-wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** jogurt pitny naturalny 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2048.29 kcal; białko og.: 92.39 g; tł.: 75.84 g; węgl.og.: 267.75 g; węgl.przysw.: 212.26 g; kw.tł.nasyc.: 32.69 g; błonnik: 32.44 g; sól: 6.2 g; suma.cuk.prost.: 78.22 g;		
sobota 2024-02-24	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta wegańska z ciecierzycy 70 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 8 szt (***MLE,***), surówka z marchewki z dodatkiem oleju 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 2 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** jogurt pitny naturalny 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2532.22 kcal; białko og.: 95.31 g; tł.: 95.85 g; węgl.og.: 337.8 g; węgl.przysw.: 295.33 g; kw.tł.nasyc.: 33.47 g; błonnik: 28.72 g; sól: 5.1 g; suma.cuk.prost.: 77.27 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

sobota 2024-02-24	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z wędliny szynkowej z natką 70 g (***SEL,***), papryka świeża 60 g , Sałata dekoracyjna 12 g , gruszki 180 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kofty mielone wołowo-wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z kapusty pekińskiej i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** jogurt pitny naturalny 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2368.52 kcal; białko og.: 101.8 g; tł.: 79.11 g; węgl.og.: 329.71 g; węgl.przysw.: 274.87 g; kw.tł.nasyc.: 32.87 g; błonnik: 30.6 g; sól: 8.49 g; suma.cuk.prost.: 66.92 g;		

sobota 2024-02-24	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z wędliny szynkowej z natką 70 g (***SEL,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kofty mielone wołowo-wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** jogurt pitny naturalny 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2318.9 kcal; białko og.: 101.88 g; tł.: 76.03 g; węgl.og.: 321.36 g; węgl.przysw.: 292.57 g; kw.tł.nasyc.: 32.77 g; błonnik: 25.68 g; sól: 8.2 g; suma.cuk.prost.: 61.27 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-02-25	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , mandarynki 100 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), udko pieczone faszerowane pieczarkami 170 g , ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 169 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2394.45 kcal; białko og.: 105.09 g; tł.: 85.39 g; węgl.og.: 318.31 g; węgl.przysw.: 285.6 g; kw.tł.nasyc.: 30.28 g; błonnik: 31.46 g; sól: 7.03 g; suma.cuk.prost.: 89.91 g;		
niedziela 2024-02-25	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , mandarynki 100 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), udko faszerowane warzywami gotowane 170 g (***SEL, GOR,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2356.28 kcal; białko og.: 105.34 g; tł.: 80.27 g; węgl.og.: 316.66 g; węgl.przysw.: 289.24 g; kw.tł.nasyc.: 30.04 g; błonnik: 27.41 g; sól: 6.25 g; suma.cuk.prost.: 82.74 g;		
niedziela 2024-02-25	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor koktajlowy 40 g , roszponka 10 g , mandarynki 100 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), udko faszerowane warzywami gotowane 170 g (***SEL, GOR,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 169 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2177.01 kcal; białko og.: 99.08 g; tł.: 87.25 g; węgl.og.: 266.63 g; węgl.przysw.: 231.51 g; kw.tł.nasyc.: 30.69 g; błonnik: 33.21 g; sól: 6.37 g; suma.cuk.prost.: 93.07 g;		
niedziela 2024-02-25	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), pomidor koktajlowy 40 g , roszponka 10 g , dżem 50 g (***SO2,***), mandarynki 100 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi ruskie z cebulką 250 g , surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 169 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2629.65 kcal; białko og.: 88.09 g; tł.: 92.1 g; węgl.og.: 380.67 g; węgl.przysw.: 343.19 g; kw.tł.nasyc.: 36.08 g; błonnik: 34.24 g; sól: 5.46 g; suma.cuk.prost.: 115.19 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

niedziela 2024-02-25	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
lane kluski na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor koktajlowy 40 g , roszponka 10 g , mandarynki 100 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), udko faszerowane warzywami gotowane 170 g (***SEL, GOR,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 169 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2209.36 kcal; białko og.: 97.41 g; tł.: 80.33 g; węgl.og.: 288.69 g; węgl.przysw.: 260.57 g; kw.tł.nasyc.: 29.03 g; błonnik: 26.88 g; sól: 6.36 g; suma.cuk.prost.: 88.6 g;		

niedziela 2024-02-25	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
lane kluski na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), udko faszerowane warzywami gotowane 170 g (***SEL, GOR,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), wędlina z piersi kurczaka plastry 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1994.93 kcal; białko og.: 87.24 g; tł.: 71.47 g; węgl.og.: 264.99 g; węgl.przysw.: 237.73 g; kw.tł.nasyc.: 27.39 g; błonnik: 25.36 g; sól: 5.65 g; suma.cuk.prost.: 82.37 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , roszponka 10 g , jabłka 170 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z kurczaka po chińsku duszona z warzywami 180 g (***GLU, SKR, SOJ, ŁUB, GRZ,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z cukinii,kapusty pekińskiej, pomidorów i papryki z majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g , miód 20g 1 szt , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2296.56 kcal; białko og.: 106.5 g; tł.: 79.5 g; węgl.og.: 306.57 g; węgl.przysw.: 273.79 g; kw.tł.nasyc.: 32.66 g; błonnik: 30.59 g; sól: 4.53 g; suma.cuk.prost.: 51.5 g;		
poniedziałek 2024-02-26	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , roszponka 10 g , jabłka 170 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z kurczaka gotowana w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż biały na sypko 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g , miód 20g 1 szt , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2402.14 kcal; białko og.: 108.48 g; tł.: 76.71 g; węgl.og.: 334.2 g; węgl.przysw.: 307.17 g; kw.tł.nasyc.: 31.94 g; błonnik: 24.84 g; sól: 4.76 g; suma.cuk.prost.: 53.31 g;		
poniedziałek 2024-02-26	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidorki koktajlowe 40 g , roszponka 10 g , jabłka 180 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z kurczaka gotowana w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z cukinii,kapusty pekińskiej, pomidorów i papryki z majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 2%tł. 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g , papryka świeża 60 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2180.22 kcal; białko og.: 107.26 g; tł.: 82.84 g; węgl.og.: 271.97 g; węgl.przysw.: 233.48 g; kw.tł.nasyc.: 33.41 g; błonnik: 36.17 g; sól: 4.44 g; suma.cuk.prost.: 62.48 g;		
poniedziałek 2024-02-26	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta wegańska z groszku 70 g , pomidorki koktajlowe 40 g , roszponka 10 g , dżem 25 g (***SO2,***), jabłka 170 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , krokiety zapiekane z kapustą i pieczarkami 2 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), surówka z cukinii,kapusty pekińskiej, pomidorów i papryki z majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g , papryka świeża 60 g , miód 20g 1 szt , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2475.36 kcal; białko og.: 81.85 g; tł.: 76.85 g; węgl.og.: 386.09 g; węgl.przysw.: 343.67 g; kw.tł.nasyc.: 28.54 g; błonnik: 40.26 g; sól: 6.2 g; suma.cuk.prost.: 70.02 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-02-26	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , roszponka 10 g , jabłka 180 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z kurczaka po chińsku duszona z warzywami 180 g (***GLU, SKR, SOJ, ŁUB, GRZ,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z cukinii,kapusty pekińskiej, pomidorów i papryki z majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), mieszanka kolorowych sałat 10 g , miód 20g 1 szt , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2394.95 kcal; białko og.: 110.52 g; tł.: 81.94 g; węgl.og.: 321.45 g; węgl.przysw.: 286.9 g; kw.tł.nasyc.: 32.59 g; błonnik: 31.03 g; sól: 5.27 g; suma.cuk.prost.: 46.11 g;		
poniedziałek 2024-02-26	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , roszponka 10 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z kurczaka gotowana w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż biały na sypko 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , miód 20g 1 szt , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2323.32 kcal; białko og.: 109.54 g; tł.: 77.83 g; węgl.og.: 306.74 g; węgl.przysw.: 284.12 g; kw.tł.nasyc.: 31.89 g; błonnik: 21.38 g; sól: 4.87 g; suma.cuk.prost.: 50.24 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidory 100 g ,	zupa krem z pomidorów z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , buraczki po Litewsku z olejem 100 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2553.97 kcal; białko og.: 113.45 g; tł.: 105.24 g; węgl.og.: 308.88 g; węgl.przysw.: 276.97 g; kw.tł.nasyc.: 36.97 g; błonnik: 31.9 g; sól: 6.53 g; suma.cuk.prost.: 82.2 g;		
wtorek 2024-02-27	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***),	zupa krem z pomidorów z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), roladki ze schabu mielone gotwane zawijane z warzywami 100 g (***SEL,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , buraczki tarte 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 70 g , mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2372.76 kcal; białko og.: 111.2 g; tł.: 84.99 g; węgl.og.: 305.49 g; węgl.przysw.: 277.08 g; kw.tł.nasyc.: 27.48 g; błonnik: 28.39 g; sól: 6.86 g; suma.cuk.prost.: 82.88 g;		
wtorek 2024-02-27	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), papryka świeża 60 g , Endywia 20 g , mandarynki 80 g ,	zupa krem z pomidorów z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), roladki ze schabu mielone gotwane zawijane z warzywami 100 g (***SEL,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , buraczki po Litewsku z olejem 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** gruszki 180 g ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2470.93 kcal; białko og.: 110.45 g; tł.: 109.18 g; węgl.og.: 287.34 g; węgl.przysw.: 226.26 g; kw.tł.nasyc.: 37.72 g; błonnik: 38.02 g; sól: 5.87 g; suma.cuk.prost.: 105.32 g;		
wtorek 2024-02-27	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), papryka świeża 60 g , Endywia 20 g , mandarynki 80 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , placki ziemniaczane z sosem jogurtowym 3 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), buraczki po Litewsku z olejem 100 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2558.66 kcal; białko og.: 88.54 g; tł.: 85.19 g; węgl.og.: 380.8 g; węgl.przysw.: 348.18 g; kw.tł.nasyc.: 36.22 g; błonnik: 32.61 g; sól: 4.88 g; suma.cuk.prost.: 101.09 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-02-27	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
kasza jęczmienna na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), parówki na ciepło 3szt 100 g (***SOJ, SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , papryka świeża 60 g , Endywia 20 g , banan 180 g ,	zupa krem z pomidorów z drobnym makaronem 450 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , buraczki po Litewsku z olejem 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (***GLU, JAJ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2493.09 kcal; białko og.: 94.09 g; tł.: 101.97 g; węgl.og.: 320.46 g; węgl.przysw.: 269.35 g; kw.tł.nasyc.: 33.52 g; błonnik: 33.78 g; sól: 5.89 g; suma.cuk.prost.: 86.15 g;		
wtorek 2024-02-27	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
kasza jęczmienna na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi kurczaka 40 g (***SOJ, SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Endywia 20 g , banan 180 g ,	zupa krem z pomidorów z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), roladki ze schabu mielone gotwane zawijane z warzywami 100 g (***SEL,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , buraczki tarte 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (***GLU, JAJ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 70 g , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2045.44 kcal; białko og.: 87.87 g; tł.: 58.52 g; węgl.og.: 305.23 g; węgl.przysw.: 260.31 g; kw.tł.nasyc.: 23.37 g; błonnik: 27.58 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 78.12 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-02-28	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g (***JAJ,***), papryka świeża 60 g , szpinak baby 10 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , leczo wegetariańskie lekkostrawne 180 g (***MLE, SEL,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2325.68 kcal; białko og.: 89.24 g; tł.: 83.87 g; węgl.og.: 323.38 g; węgl.przysw.: 284.36 g; kw.tł.nasyc.: 30.95 g; błonnik: 39.06 g; sól: 5.91 g; suma.cuk.prost.: 70.67 g;		
środa 2024-02-28	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g (***JAJ,***), szpinak baby 10 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pierogi z twarogiem gotowane 8 szt , sos jogurtowy waniliowy 50 ml (***MLE,***), marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , leczo wegetariańskie lekkostrawne 180 g (***MLE, SEL,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2483.69 kcal; białko og.: 92.14 g; tł.: 97.07 g; węgl.og.: 323.74 g; węgl.przysw.: 300.2 g; kw.tł.nasyc.: 28.97 g; błonnik: 23.53 g; sól: 5.07 g; suma.cuk.prost.: 80.89 g;		
środa 2024-02-28	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g (***JAJ,***), papryka świeża 60 g , szpinak baby 10 g , kiwi szt 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), filet z kurczaka gotowany 100 g (***SEL, GOR,***), sos warzywny b/ml b/glut 1 Por (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** jabłka 150 g ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , leczo wegetariańskie lekkostrawne 180 g (***MLE, SEL,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2163.91 kcal; białko og.: 94.47 g; tł.: 84.06 g; węgl.og.: 278.61 g; węgl.przysw.: 238.38 g; kw.tł.nasyc.: 29.45 g; błonnik: 38.34 g; sól: 4.65 g; suma.cuk.prost.: 87.48 g;		
środa 2024-02-28	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g (***JAJ,***), papryka świeża 60 g , szpinak baby 10 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem gotowane 8 szt , sos jogurtowy waniliowy 50 ml (***MLE,***), marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Tartare 2 szt (***MLE,***), leczo wegetariańskie lekkostrawne 180 g (***MLE, SEL,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2553.88 kcal; białko og.: 87.86 g; tł.: 99.39 g; węgl.og.: 342.46 g; węgl.przysw.: 314.72 g; kw.tł.nasyc.: 26.74 g; błonnik: 27.73 g; sól: 4.58 g; suma.cuk.prost.: 87.87 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

środa 2024-02-28	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g (***JAJ,***), papryka świeża 60 g , szpinak baby 10 g , kiwi szt 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , leczo wegetariańskie lekkostrawne 180 g (***MLE, SEL,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2287.77 kcal; białko og.: 86.94 g; tł.: 85.28 g; węgl.og.: 310.9 g; węgl.przysw.: 275.11 g; kw.tł.nasyc.: 33.17 g; błonnik: 35.82 g; sól: 5.4 g; suma.cuk.prost.: 88.58 g;		

środa 2024-02-28	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta jajeczna z suszonymi pomidorami i zieleniną 100 g (***JAJ,***), pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pierogi z twarogiem gotowane 8 szt , sos jogurtowy waniliowy 50 ml (***MLE,***), marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , leczo wegetariańskie lekkostrawne 180 g (***MLE, SEL,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2549.02 kcal; białko og.: 93.21 g; tł.: 99.12 g; węgl.og.: 334.65 g; węgl.przysw.: 309.94 g; kw.tł.nasyc.: 31.15 g; błonnik: 24.7 g; sól: 5.07 g; suma.cuk.prost.: 107.82 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt , ogórki kiszone 100 g (***GOR,***),	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z białej kapusty z chrzanem, koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka jarzynowa 150 g (***JAJ, SEL,***), wędlina z piersi kurczaka 40 g (***SOJ, SEL,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , **Posiłek nocny:** serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2382.87 kcal; białko og.: 121.3 g; tł.: 87.49 g; węgl.og.: 293.83 g; węgl.przysw.: 262.06 g; kw.tł.nasyc.: 36.03 g; błonnik: 31.52 g; sól: 9.53 g; suma.cuk.prost.: 55.8 g;		
czwartek 2024-02-29	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt , pomidor 100 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe mielone gotowane 100 g , sos marchewkowy 50 ml (***MLE, SEL, GOR, SEZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka jarzynowa 150 g (***JAJ, SEL,***), wędlina z piersi kurczaka 40 g (***SOJ, SEL,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , **Posiłek nocny:** serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2360.75 kcal; białko og.: 125.75 g; tł.: 80.31 g; węgl.og.: 297.64 g; węgl.przysw.: 270.73 g; kw.tł.nasyc.: 34.97 g; błonnik: 26.64 g; sól: 7.21 g; suma.cuk.prost.: 56.16 g;		
czwartek 2024-02-29	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt , ogórki kiszone 100 g (***GOR,***), mandarynki 180 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe mielone gotowane 100 g , sos marchewkowy 50 ml (***MLE, SEL, GOR, SEZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z białej kapusty z chrzanem, koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** gruszki 200 g ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka jarzynowa 150 g (***JAJ, SEL,***), wędlina z piersi kurczaka 40 g (***SOJ, SEL,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , **Posiłek nocny:** serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2301.85 kcal; białko og.: 120.11 g; tł.: 83.69 g; węgl.og.: 288.52 g; węgl.przysw.: 225.58 g; kw.tł.nasyc.: 35.03 g; błonnik: 37.09 g; sól: 8.6 g; suma.cuk.prost.: 83.65 g;		
czwartek 2024-02-29	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 50 g (***MLE,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt , pomidor 100 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z warzywami i groszkiem zapiekane w sosie serowym 250 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z białej kapusty z chrzanem, koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka jarzynowa 150 g (***JAJ, SEL,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , **Posiłek nocny:** serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2623.2 kcal; białko og.: 101.71 g; tł.: 102.11 g; węgl.og.: 344.15 g; węgl.przysw.: 311.38 g; kw.tł.nasyc.: 45.86 g; błonnik: 32.49 g; sól: 6.76 g; suma.cuk.prost.: 66.25 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-02-29	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt , pomidor 100 g , jabłka 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , surówka z białej kapusty z chrzanem, koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** drożdżówka z kruszonką mała 1 szt (***GLU, JAJ, MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka jarzynowa 150 g (***JAJ, SEL,***), wędlina z piersi kurczaka 40 g (***SOJ, SEL,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , **Posiłek nocny:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2469.55 kcal; białko og.: 113.07 g; tł.: 90.09 g; węgl.og.: 318.77 g; węgl.przysw.: 284.92 g; kw.tł.nasyc.: 36.08 g; błonnik: 30.49 g; sól: 7.7 g; suma.cuk.prost.: 53.23 g;		
czwartek 2024-02-29	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt , pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe mielone gotowane 100 g , sos marchewkowy 50 ml (***MLE, SEL, GOR, SEZ,***), ziemniaki z zieleniną 160 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 200 ml , **Podwieczorek:** drożdżówka z kruszonką mała 1 szt (***GLU, JAJ, MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka jarzynowa 150 g (***JAJ, SEL,***), wędlina z piersi kurczaka 40 g (***SOJ, SEL,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2448.53 kcal; białko og.: 118.74 g; tł.: 83.37 g; węgl.og.: 322.47 g; węgl.przysw.: 289.6 g; kw.tł.nasyc.: 35.03 g; błonnik: 29.51 g; sól: 7.26 g; suma.cuk.prost.: 54.81 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.