

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-21		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
kaszka kukurydziana 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,), wędlina z piersi kurczaka 50 g (SEL,), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (MLE,), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g , banan 180 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ,), sos własny 50 ml (GLU, SEL,), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (JAJ, SEL, GOR, SEZ,), kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: herbatniki Be-Be 1szt. 2 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,), serek Haga 3 szt (MLE,), miód 25 g , Sałata dekoracyjna 12 g , papryka świeża 40 g , Posiłek nocny: owsianka z owocami 100 g (GLU,),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2379.89 kcal; białko og.: 79.33 g; tł.: 87.78 g; węgl.og.: 332.67 g; węgl.przysw.: 298.97 g; kw.tł.nasyc.: 26.08 g; błonnik: 31.72 g; sól: 5.68 g; suma.cuk.prost.: 79.42 g;		
sobota 2026-02-21		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
kaszka kukurydziana 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,), wędlina z piersi kurczaka 50 g (SEL,), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (MLE,), pomidor parzony 90 g , banan 180 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pieczeń mielona wieprzowa z warzywami 100 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL,), sos własny 50 ml (GLU, SEL,), ziemniaki z zieleciną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (GLU, JAJ, MLE,),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), serek Haga 3 szt (MLE,), miód 25 g , pomidor parzony 90 g , Posiłek nocny: owsianka z owocami 100 g (GLU,),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2362.83 kcal; białko og.: 79.62 g; tł.: 84.31 g; węgl.og.: 335.52 g; węgl.przysw.: 302.67 g; kw.tł.nasyc.: 25.68 g; błonnik: 30.87 g; sól: 5.22 g; suma.cuk.prost.: 79.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-22		
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), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE), szpinak baby 10 g , kiwi 1 szt ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR), udko z kurczaka pieczone w sosie pieczarkowym 170 g (MLE), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 130 g (JAJ), kompot z owocami 250 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), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR), sałata lodowa z ziołami 70 g , Posiłek nocny: suszone jabłka 20g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2511.66 kcal; białko og.: 103.69 g; tł.: 104.29 g; węgl.og.: 287.23 g; węgl.przysw.: 260.33 g; kw.tł.nasyc.: 29.67 g; błonnik: 26.91 g; sól: 6.69 g; suma.cuk.prost.: 54.38 g;		
niedziela 2026-02-22		
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), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (SEL, GOR), sos potrawkowy 50 ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot z owocami 250 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), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (SEL), pomidor parzony 90 g , Posiłek nocny: suszone jabłka 20g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2179.81 kcal; białko og.: 105.47 g; tł.: 77.78 g; węgl.og.: 279.11 g; węgl.przysw.: 251.46 g; kw.tł.nasyc.: 30.04 g; błonnik: 25.76 g; sól: 6.02 g; suma.cuk.prost.: 60.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-23		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU,), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Szyunka gotowana 70 g (SEL, GOR,), papryka kolorowa 100 g , jabłko 150 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE,), karkówka zawijana z kapustą kiszoną i śliwką duszona w sosie musztardowym 150 g (GLU, OZI, SEL, GOR, SO2,), kasza gryczana na sypko 200 g , ćwikła z chrzanem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: galaretką owocową 175g 1 szt ,	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,), miód 25 g , Pasztet zapiekany 70 g (GLU, OZI, MLE, SEL,), ogórek kiszony 100 g (GOR,), Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2644.27 kcal; białko og.: 96.16 g; tł.: 85.54 g; węgl.og.: 364.04 g; węgl.przysw.: 327.39 g; kw.tł.nasyc.: 32.44 g; błonnik: 34.54 g; sól: 7.49 g; suma.cuk.prost.: 110.71 g;		
poniedziałek 2026-02-23		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU,), chleb pszenno-żytni 35 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Szyunka gotowana 70 g (SEL, GOR,), pomidor parzony 90 g , mus owocowy kubaś 1 szt ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE,), pulpeciki z udźca indyka gotowane w sosie koperkowym 150 g (GLU, JAJ, MLE, SEL,), kasza jęczmienna na sypko 200 g (GLU,), ćwikła z olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: galaretką owocową 175g 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), miód 25 g , ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (MLE,), pomidor parzony 90 g , Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2526.84 kcal; białko og.: 98.93 g; tł.: 70.63 g; węgl.og.: 358.67 g; węgl.przysw.: 330.99 g; kw.tł.nasyc.: 24.12 g; błonnik: 27.69 g; sól: 4.35 g; suma.cuk.prost.: 119.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-24		
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), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), twarożek z jogurtem 50 g (MLE), szpinak baby 10 g , Rzodkiewka 40 g , banan 200 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml (MLE, SEL), kotlet schabowy w marynacie z curry duszony 100 g (JAJ, MLE, SEL, GOR), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka Coleslaw z chrzanem i majonezem 130 g (JAJ, MLE), kompot z owocami 250 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), wędlina drobiowa 50 g (SEL), serek Tartare 1 szt (MLE), Sałata dekoracyjna 12 g , ogórek zielony 100 g , Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2255.88 kcal; białko og.: 101.73 g; tł.: 86.31 g; węgl.og.: 281.8 g; węgl.przysw.: 238.43 g; kw.tł.nasyc.: 30.16 g; błonnik: 26.03 g; sól: 4.84 g; suma.cuk.prost.: 62.83 g;		
wtorek 2026-02-24		
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), chleb pszenno-żytni 35 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), twarożek z jogurtem 50 g (MLE), pomidor parzony 90 g , banan 200 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml (MLE, SEL), bitka ze schabu duszona 100 g (GLU), sos pietruszkowy 50 ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki z zieleciną 200 g , marchew junior na parze 130 g , kompot z owocami 250 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), serek Tartare 1 szt (MLE), wędlina drobiowa 50 g (SEL), Sałata dekoracyjna 12 g , Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2184.56 kcal; białko og.: 109.58 g; tł.: 71.26 g; węgl.og.: 288.14 g; węgl.przysw.: 247.91 g; kw.tł.nasyc.: 29.36 g; błonnik: 22.91 g; sól: 4.72 g; suma.cuk.prost.: 64.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-25		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE_t), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE_t), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR), sałata lodowa z ziołami 70 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa serowa z lanymi kluseczkami 315 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR_t), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (SEL), surówka kopenhaska z sałatą lodową, marchewką, majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g (JAJ, GOR_t), kompot z owocami 200 ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE_t),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ_t), masło 15g 82% 1 szt (MLE_t), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ), dżem 25 g (SO₂), Sałata dekoracyjna 12 g , pomidorki koktajlowe 40 g , Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2170.67 kcal; białko og.: 73.81 g; tł.: 96.43 g; węgl.og.: 245.59 g; węgl.przysw.: 209.28 g; kw.tł.nasyc.: 30.77 g; błonnik: 20.85 g; sól: 5.4 g; suma.cuk.prost.: 62.24 g;		
środa 2026-02-25		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE_t), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE_t), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (SEL), pomidor parzony 90 g , mus owocowy kubuś 1 szt ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE, SEL), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (SEL), makaron penne pszenny 160 g (GLU, JAJ), brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE_t),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ_t), masło 15g 82% 1 szt (MLE_t), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ), dżem 25 g (SO₂), pomidor parzony 90 g , Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2377.65 kcal; białko og.: 87.22 g; tł.: 72.65 g; węgl.og.: 355.28 g; węgl.przysw.: 313.97 g; kw.tł.nasyc.: 27.69 g; błonnik: 25.84 g; sól: 4.58 g; suma.cuk.prost.: 83.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-26		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU,), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Szynekowa wieprzowa 50 g (SEL, GOR,), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE,), ogórek zielony 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (GLU, MLE,), kotlet devolay z pieczarkami panierowany pieczony 100 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ,), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: kruche ciastka 50g 1 Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	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,), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), roszponka 10 g , Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2311.72 kcal; białko og.: 96.45 g; tł.: 91.45 g; węgl.og.: 272.27 g; węgl.przysw.: 243.3 g; kw.tł.nasyc.: 32.43 g; błonnik: 28.75 g; sól: 4.75 g; suma.cuk.prost.: 59.73 g;		
czwartek 2026-02-26		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU,), chleb pszenno-żytni 35 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Szynekowa wieprzowa 50 g (SEL, GOR,), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE,), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (GLU, MLE,), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos jarzynowy 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: kruche ciastka 50g 1 Por (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), serek Tartare 2 szt (MLE,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), pomidor parzony 90 g , Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2107.94 kcal; białko og.: 92.37 g; tł.: 73.29 g; węgl.og.: 264.09 g; węgl.przysw.: 240.64 g; kw.tł.nasyc.: 28.8 g; błonnik: 21.58 g; sól: 3.91 g; suma.cuk.prost.: 57.65 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-27		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (MLE₁), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (GLU₁), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), ser żółty półtwardy 70 g (MLE₁), dżem 25 g (SO2₁), pomidor 100 g , galaretka owocowa 175g 1 szt ,	zupa selerowa z zacierką 315 ml (GLU, MLE₁, SEL₁), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE₁), sos rybny 50 ml (GLU, MLE₁, SEL₁), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka z kiszzonej kapusty i papryki z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE₁),	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ₁), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), miód 25 g , twaróg z jogurtem 100 g (MLE₁), Salata dekoracyjna 12 g , Rzodkiewka 40 g , Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ₁),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2423.08 kcal; białko og.: 98.94 g; tł.: 99.04 g; węgl.og.: 301.31 g; węgl.przysw.: 275.52 g; kw.tł.nasyc.: 40.36 g; błonnik: 25.81 g; sól: 6.54 g; suma.cuk.prost.: 81.71 g;		
piątek 2026-02-27		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (MLE₁), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (GLU₁), chleb pszenno-żytni 35 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (MLE₁), dżem 25 g (SO2₁), pomidor parzony 90 g , galaretka owocowa 175g 1 szt ,	zupa selerowa z zacierką 315 ml (GLU, MLE₁, SEL₁), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE₁), sos rybny 50 ml (GLU, MLE₁, SEL₁), ziemniaki z zieleciną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE₁),	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), miód 25 g , twaróg z jogurtem 100 g (MLE₁), pomidor parzony 90 g , Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ₁),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2475.41 kcal; białko og.: 91.21 g; tł.: 93.19 g; węgl.og.: 329.19 g; węgl.przysw.: 303.12 g; kw.tł.nasyc.: 29.84 g; błonnik: 26.1 g; sól: 4.85 g; suma.cuk.prost.: 88.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-28		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
kaszka kukurydziana na mleku 2% 150 ml (GLU, MLE₁), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ₁), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR₁), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE₁), pomidor 100 g , banan 180 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (GLU₁), zrazy mielone wieprzowe z pieczarkami zapiekane 100 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR₁), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (JAJ, MLE₁), kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (GLU, JAJ, MLE₁),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ₁), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), pierś z kurczaka 3 plastry 70 g (SEL₁), rukola 10 g , dżem 25 g (SOZ₁), pomidorki koktajlowe 40 g , Posiłek nocny: smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2408.52 kcal; białko og.: 92.54 g; tł.: 78.26 g; węgl.og.: 333.45 g; węgl.przysw.: 297.95 g; kw.tł.nasyc.: 29.49 g; błonnik: 35.53 g; sól: 7.2 g; suma.cuk.prost.: 105.25 g;		
sobota 2026-02-28		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
kaszka kukurydziana na mleku 2% 150 ml (GLU, MLE₁), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR₁), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE₁), pomidor parzony 90 g , banan 180 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (GLU₁), kofy mielone wieprzowe opiekane 100 g (GLU, JAJ₁), sos pomidorowy 50 ml (GLU, MLE, SEL₁), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml , Podwieczorek: herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (GLU, JAJ, MLE₁),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), Wędlina drobiowa 70 g (SEL₁), pomidor parzony 90 g , dżem 25 g (SOZ₁), Posiłek nocny: smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2360.69 kcal; białko og.: 95.08 g; tł.: 67.81 g; węgl.og.: 340.96 g; węgl.przysw.: 307.94 g; kw.tł.nasyc.: 29.39 g; błonnik: 33.05 g; sól: 7.04 g; suma.cuk.prost.: 107.08 g;		