

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-03-11 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ), dżem 25 g (SO2), Sałata dekoracyjna 12 g, pomarańcza 1 Por,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE, SEL), fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g (SEL), ziemniaki z zieleniną 200 g, surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (JAJ, MLE), kompot z owocami 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), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), twarożek z jogurtem 50 g (MLE), pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2281.84 kcal; białko og.: 98.6 g; tł.: 76.36 g; węgl.og.: 318.01 g; węgl.przysw.: 265.01 g; kw.tł.nasyc.: 28.81 g; błonnik: 37.54 g; sól: 5.25 g; suma.cuk.prost.: 70.24 g;

środa 2026-03-11	Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ), dżem 25 g (SO2), Sałata dekoracyjna 12 g, pomarańcza 1 Por,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE, SEL), risotto z białego ryżu z piersią kurczka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g (GLU, MLE, SEL), brokuły na parze 130 g, kompot z owocami 200 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), twarożek z jogurtem 50 g (MLE), pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2282.53 kcal; białko og.: 108.43 g; tł.: 78.5 g; węgl.og.: 297.72 g; węgl.przysw.: 255.79 g; kw.tł.nasyc.: 31.13 g; błonnik: 26.44 g; sól: 4.01 g; suma.cuk.prost.: 70.43 g;

środa 2026-03-11	Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), chleb razowy 90. x 0 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ), Sałata dekoracyjna 12 g, pomidorki koktajlowe 40 g, pomarańcza 1 Por,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE, SEL), risotto z brązowego ryżu z piersią kurczaka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g (GLU, MLE, SEL), surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (JAJ, MLE), kompot z owocami 200 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR), twarożek z jogurtem 50 g (MLE), pomidor 100 g,
	Podwieczorek: gruszka 150 g,	Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2160.95 kcal; białko og.: 103.07 g; tł.: 83.74 g; węgl.og.: 268.95 g; węgl.przysw.: 196.1 g; kw.tł.nasyc.: 31.48 g; błonnik: 38.16 g; sól: 3.97 g; suma.cuk.prost.: 75.62 g;

środa 2026-03-11	Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ), dżem 25 g (SO2), Sałata dekoracyjna 12 g, pomidorki koktajlowe 40 g, pomarańcza 1 Por,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml, naleśniki na wytrawnie z pieczarkami i cebulką zapiekane z serem 2 szt (GLU, JAJ, MLE), surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (JAJ, MLE), kompot z owocami 200 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), twarożek z jogurtem 2. x 50 g (MLE), pomidor 100 g,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2241.22 kcal; białko og.: 83.51 g; tł.: 80.44 g; węgl.og.: 310.82 g; węgl.przysw.: 268.14 g; kw.tł.nasyc.: 31.49 g; błonnik: 27.19 g; sól: 4.28 g; suma.cuk.prost.: 63.94 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-03-11		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
<p>manna na mleku 2%tł. 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,), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ,), dżem 25 g (SO2,), Salata dekoracyjna 12 g , pomidorki koktajlowe 40 g , pomarańcza 1 Por ,</p>	<p>zupa neapolitańska z lanymi kluskami 315 ml (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g (SEL,), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (JAJ, MLE,), kompot z owocami 200 ml ,</p>	<p>herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR,), twarózek z jogurtem 50 g (MLE,), pomidor 100 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE,),</p>	<p>Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2367.85 kcal; białko og.: 104.43 g; tł.: 82.31 g; węgl.og.: 317.43 g; węgl.przysw.: 270.26 g; kw.tł.nasyc.: 32.47 g; błonnik: 31.71 g; sól: 5 g; suma.cuk.prost.: 68.51 g;

środa 2026-03-11		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU,), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (JAJ,), dżem 25 g (SO2,), pomidor parzony 90 g , mus owocowy kubaś 1 szt ,</p>	<p>barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (GLU, MLE, SEL,), risotto z białego ryżu z piersią kurczka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g (GLU, MLE, SEL,), brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,</p>	<p>herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR,), twarózek z jogurtem 50 g (MLE,), pomidor parzony 90 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE,),</p>	<p>Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2433.69 kcal; białko og.: 113.93 g; tł.: 79.75 g; węgl.og.: 326.86 g; węgl.przysw.: 285.75 g; kw.tł.nasyc.: 31.93 g; błonnik: 25.64 g; sól: 3.87 g; suma.cuk.prost.: 87.79 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-03-12 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), skyr naturalny 150g 1 szt , roszonek 10 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (<u>GLU, MLE</u>), kotlet devolay z porem i serkiem mascarpone 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, ORZ</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (<u>JAJ, SEL, GOR, SEZ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2307.58 kcal; białko og.: 111.1 g; tł.: 89.71 g; węgl.og.: 267.28 g; węgl.przysw.: 234.57 g; kw.tł.nasyc.: 25.75 g; błonnik: 30.64 g; sól: 7.23 g; suma.cuk.prost.: 45.27 g;

czwartek 2026-03-12	Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.	
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), skyr naturalny 150g 1 szt , roszonek 10 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (<u>GLU, MLE</u>), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos ziołowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , bukiet warzyw na parze 1.3 x 100 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2160.34 kcal; białko og.: 107.24 g; tł.: 76.74 g; węgl.og.: 259.95 g; węgl.przysw.: 234.08 g; kw.tł.nasyc.: 24.77 g; błonnik: 23.81 g; sól: 6.43 g; suma.cuk.prost.: 40.51 g;

czwartek 2026-03-12	Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.	
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), skyr naturalny 150g 1 szt , roszonek 10 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (<u>GLU, MLE</u>), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos ziołowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL, GOR</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (<u>JAJ, SEL, GOR, SEZ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (<u>SOJ, SEL, GOR</u>), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt ,	Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2025.6 kcal; białko og.: 101.64 g; tł.: 78.46 g; węgl.og.: 232.08 g; węgl.przysw.: 198.53 g; kw.tł.nasyc.: 24.63 g; błonnik: 31.49 g; sól: 6.44 g; suma.cuk.prost.: 53.74 g;

czwartek 2026-03-12	Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.	
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), serek topiony 50 g (<u>MLE</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ</u>), skyr naturalny 150g 1 szt , roszonek 10 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , szare kluski z twarogiem i cebulką 220 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), kapusta na krótko 100 g (<u>GLU</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), serek Kanapkowy mini 2. x 1 szt (<u>MLE</u>), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2048.99 kcal; białko og.: 80.36 g; tł.: 74.57 g; węgl.og.: 281.08 g; węgl.przysw.: 253.41 g; kw.tł.nasyc.: 37.57 g; błonnik: 25.58 g; sól: 5.38 g; suma.cuk.prost.: 50.7 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-03-12		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (<u>GLU, MLE,</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL,</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), rozspanka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa grochówka z ziemniakami 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEL, GOR, SOZ,</u>), kotlet devolay z porem i serkiem mascarpone 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, ORZ,</u>), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (<u>JAJ, SEL, GOR, SEZ,</u>), kompot z owocami 250 ml	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (<u>SOJ, SEL, GOR,</u>), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
	Podwieczorek: kruche ciastka 50g 1 Por (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>),	Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2423.41 kcal; białko og.: 104.82 g; tł.: 101.53 g; węgl.og.: 273.55 g; węgl.przysw.: 242.6 g; kw.tł.nasyc.: 27.51 g; błonnik: 28.87 g; sól: 6.94 g; suma.cuk.prost.: 50.88 g;

czwartek 2026-03-12		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (<u>GLU, MLE,</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb pszenno-żytni 35 g (<u>GLU, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL,</u>), jajko gotowane 1 szt (<u>JAJ,</u>), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (<u>GLU, MLE,</u>), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos ziołowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL, GOR,</u>), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 1.3 x 100 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (<u>GLU, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), wędlina z piersi indyka 70 g (<u>SEL,</u>), pomidor parzony 90 g ,
	Podwieczorek: kruche ciastka 50g 1 Por (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,</u>),	Posiłek nocny: koktajl owocowy 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2002.46 kcal; białko og.: 100.49 g; tł.: 66.4 g; węgl.og.: 265.55 g; węgl.przysw.: 238.2 g; kw.tł.nasyc.: 27.26 g; błonnik: 25.49 g; sól: 5.7 g; suma.cuk.prost.: 52.57 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE_i), chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, SEZ_i), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), twaróg z olejem lnianym 100 g (MLE_i), miód 25 g, pomidor 100 g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR_i), filet z dorsza panierowany zapiekany z serem i pomidorem 100 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, ORZ, SEL_i), surówka z kiszanej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g, ziemniaki z zieleniną 200 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata z miętą 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ_i), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL_i), serek Haga 1 szt (MLE_i), Sałata dekoracyjna 12 g,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ_i),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2322.92 kcal; białko og.: 91.1 g; tł.: 95.93 g; węgl.og.: 292.62 g; węgl.przysw.: 256.77 g; kw.tł.nasyc.: 31.29 g; błonnik: 34.94 g; sól: 5.99 g; suma.cuk.prost.: 47.51 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE_i), chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, SEZ_i), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), twaróg z olejem lnianym 100 g (MLE_i), miód 25 g, pomidor 100 g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR_i), makaron pszenny z tuńczykiem zapiekany w sosie beszamelowo-szpinakowym 300 g (GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIE_i), marchew junior na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata z miętą 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL_i), serek Haga 1 szt (MLE_i), Sałata dekoracyjna 12 g,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ_i),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2280.74 kcal; białko og.: 84.23 g; tł.: 86.51 g; węgl.og.: 305.97 g; węgl.przysw.: 277.75 g; kw.tł.nasyc.: 30.82 g; błonnik: 27.62 g; sól: 4.95 g; suma.cuk.prost.: 53.15 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE_i), chleb razowy 90. x 0 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), twaróg z olejem lnianym 100 g (MLE_i), pomidor 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR_i), makaron razowy z tuńczykiem zapiekany w sosie beszamelowo-szpinakowym 300 g (GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIE_i), surówka z kiszanej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata z miętą 250 ml, chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL_i), serek Haga 1 szt (MLE_i), Sałata dekoracyjna 12 g,
	Podwieczorek: jogurt naturalny 2% 1 szt (MLE_i),	Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ_i),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2209.96 kcal; białko og.: 83.81 g; tł.: 98.51 g; węgl.og.: 263.89 g; węgl.przysw.: 229.86 g; kw.tł.nasyc.: 34.56 g; błonnik: 33.11 g; sól: 5.37 g; suma.cuk.prost.: 61.11 g;

piątek 2026-03-13 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE_i), chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, SEZ_i), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), twaróg z olejem lnianym 100 g (MLE_i), miód 25 g, pomidor 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml, krokiety zapiekane z kapustą i pieczarkami 2 szt (GLU, JAJ, MLE, ORZ_i), sałatka z pomidora i ogórka z czerwoną cebulką i olejem 100 g (GOR_i), kompot z owocami 250 ml,	herbata z miętą 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), serek Haga 3. x 1 szt (MLE_i), Sałata dekoracyjna 12 g,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ_i),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2199.07 kcal; białko og.: 72.6 g; tł.: 77.47 g; węgl.og.: 317.58 g; węgl.przysw.: 286.41 g; kw.tł.nasyc.: 27.02 g; błonnik: 29.21 g; sól: 4.69 g; suma.cuk.prost.: 60.35 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-03-13		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, SEZ,), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), twarożek z olejem lnianym 100 g (MLE,), miód 25 g , pomidor 100 g , galaretką owocowa 175g 1 szt ,</p>	<p>zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), filet z dorsza panierowany zapiekany z serem i pomidorem 100 g (GLU, JAJ, RYB, MLE, ORZ, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , surówka z kiszanej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,</p>	<p>herbata z miętą 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,), serek Haga 1 szt (MLE,), Sałata dekoracyjna 12 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE,),</p>	<p>Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ,),</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2561.9 kcal; białko og.: 98.4 g; tł.: 97.22 g; węgl.og.: 341.73 g; węgl.przysw.: 306.57 g; kw.tł.nasyc.: 32.03 g; błonnik: 34.25 g; sól: 5.69 g; suma.cuk.prost.: 83.9 g;

piątek 2026-03-13		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 50 g (GLU, SEZ,), chleb pszenno-żytni 35 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), twarożek z olejem lnianym 100 g (MLE,), miód 25 g , pomidor parzony 90 g , galaretką owocowa 175g 1 szt ,</p>	<p>zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), makaron pszenny z tuńczykiem zapiekany w sosie beszamelowo-szpinakowym 300 g (GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIE,), marchew junior na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,</p>	<p>herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), pierś z kurczaka 2 plastry. 50 g (SEL,), serek Haga 1 szt (MLE,), pomidor parzony 90 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE,),</p>	<p>Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (GLU, JAJ, MLE, SEZ,),</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2390.92 kcal; białko og.: 100.44 g; tł.: 74.92 g; węgl.og.: 342.46 g; węgl.przysw.: 315.9 g; kw.tł.nasyc.: 31.27 g; błonnik: 26.23 g; sól: 5.56 g; suma.cuk.prost.: 88.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (MLE), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ogórek zielony 100 g,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), kotlet mielony tradycyjny pieczony 100 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ), sos pomidorowy 50 ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki z zieloną 200 g, surówka meksykańska z papryką, kukurydzą i majonezem 130 g (JAJ), kompot z owocami 250 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), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE), rukola 10 g,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2265.16 kcal; białko og.: 85.83 g; tł.: 86.61 g; węgl.og.: 280.8 g; węgl.przysw.: 251.79 g; kw.tł.nasyc.: 30.73 g; błonnik: 29 g; sól: 5.9 g; suma.cuk.prost.: 53.74 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (MLE), Krakowska parzona drobiowa 50 g, roszponka 10 g,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), pulpet gotowany wieprzowy 100 g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50 ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki z zieloną 200 g, cukinia zapiekana 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE), rukola 10 g,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2094.53 kcal; białko og.: 83.78 g; tł.: 71.7 g; węgl.og.: 269.66 g; węgl.przysw.: 248.29 g; kw.tł.nasyc.: 29.42 g; błonnik: 21.37 g; sól: 5.42 g; suma.cuk.prost.: 49.7 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), chleb razowy 90. x 0 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (MLE), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ogórek zielony 100 g, pomarańcza 1 Por,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), pulpet gotowany wieprzowy 100 g (GLU, JAJ), sos pomidorowy 50 ml (GLU, MLE, SEL), ziemniaki z zieloną 200 g, surówka meksykańska z papryką, kukurydzą i majonezem 130 g (JAJ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE), rukola 10 g, pomidorki koktajlowe 40 g,
	Podwieczorek: serek homogenizowany naturalny 1 szt (MLE),	Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2204.95 kcal; białko og.: 98.74 g; tł.: 84.28 g; węgl.og.: 259.36 g; węgl.przysw.: 227.89 g; kw.tł.nasyc.: 32.52 g; błonnik: 31.45 g; sól: 5.38 g; suma.cuk.prost.: 78.35 g;

sobota 2026-03-14 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), ser żółty półtwardy 70 g (MLE), miód 25 g, ogórek zielony 100 g, pomarańcza 1 Por,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml, kotlety z selera smażone panierowane 2 szt (GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL), ziemniaki z zieloną 200 g, surówka meksykańska z papryką, kukurydzą i majonezem 130 g (JAJ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek Kanapkowy mini 2. x 1 szt (MLE), rukola 10 g,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2371.02 kcal; białko og.: 81.17 g; tł.: 92.17 g; węgl.og.: 328.83 g; węgl.przysw.: 289.21 g; kw.tł.nasyc.: 39.76 g; błonnik: 39.62 g; sól: 5.86 g; suma.cuk.prost.: 76.31 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-03-14		
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,), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , ogórek zielony 100 g , banan 180 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), kotlet mielony tradycyjny pieczony 100 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ,), sos pomidorowy 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , surówka meksykańska z papryką, kukurydzą i majonezem 130 g (JAJ,), kompot z owocami 250 ml ,	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,), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR,), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE,), rukola 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,
	Podwieczorek: herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (GLU, JAJ, MLE,),	Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2441.82 kcal; białko og.: 87.03 g; tł.: 89.78 g; węgl.og.: 316.95 g; węgl.przysw.: 287.71 g; kw.tł.nasyc.: 31.24 g; błonnik: 29.23 g; sól: 6.14 g; suma.cuk.prost.: 86.43 g;

sobota 2026-03-14		
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,), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , pomidor parzony 90 g , banan 180 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pulpet gotowany wieprzowy 100 g (GLU, JAJ,), sos pomidorowy 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), szynka gotowana 50 g (SEL, GOR,), serek Kanapkowy mini 1 szt (MLE,), pomidor parzony 90 g ,
	Podwieczorek: herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (GLU, JAJ, MLE,),	Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2302.58 kcal; białko og.: 86.58 g; tł.: 75.37 g; węgl.og.: 312.86 g; węgl.przysw.: 287.69 g; kw.tł.nasyc.: 30.02 g; błonnik: 25.18 g; sól: 5.78 g; suma.cuk.prost.: 87.28 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
kakao 250 ml (GLU, SOJ, MLE₁), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ₁), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR₁), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE₁), Sałata dekoracyjna 12 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ₁), udko z kurczaka pieczone w sosie pieczarkowym 170 g (MLE₁), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ₁), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR₁), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: ryż z owocami saszetka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2422.24 kcal; białko og.: 104.1 g; tł.: 99.02 g; węgl.og.: 276.47 g; węgl.przysw.: 249.76 g; kw.tł.nasyc.: 29.28 g; błonnik: 26.7 g; sól: 5.99 g; suma.cuk.prost.: 49.1 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
kakao 250 ml (GLU, SOJ, MLE₁), chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR₁), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE₁), Sałata dekoracyjna 12 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ₁), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (SEL, GOR₁), sos jarzynowy przecierany 50 ml (GLU, MLE, SEL₁), ziemniaki z zieleciną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR₁), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: ryż z owocami saszetka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2432.2 kcal; białko og.: 105.63 g; tł.: 98.52 g; węgl.og.: 276.24 g; węgl.przysw.: 253.83 g; kw.tł.nasyc.: 30.29 g; błonnik: 22.41 g; sól: 5.89 g; suma.cuk.prost.: 46.09 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
kakao 250 ml (GLU, SOJ, MLE₁), chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR₁), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE₁), Sałata dekoracyjna 12 g , mandarynka 1 szt ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ₁), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (SEL, GOR₁), sos jarzynowy przecierany 50 ml (GLU, MLE, SEL₁), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR₁), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
	Podwieczerek: jogurt naturalny 2% 1 szt (MLE₁),	Posiłek nocny: ryż z owocami saszetka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2350.33 kcal; białko og.: 105.64 g; tł.: 101.83 g; węgl.og.: 251.13 g; węgl.przysw.: 222.22 g; kw.tł.nasyc.: 31.49 g; błonnik: 28.92 g; sól: 5.6 g; suma.cuk.prost.: 63.29 g;

niedziela 2026-03-15 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
kakao 250 ml (GLU, SOJ, MLE₁), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ₁), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), mozzarella mini kuleczki 2. x 4 szt (MLE₁), dżem 25 g (SO2₁), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , Krokietki ziemniaczane z fetą i susz. pomidorami 250 g (GLU, JAJ, MLE, ORZ₁), surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ₁), masło 15g 82% 1 szt (MLE₁), pasztet sojowy 1 szt , miód 25 g , sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: ryż z owocami saszetka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2635.82 kcal; białko og.: 72.08 g; tł.: 96.21 g; węgl.og.: 384.34 g; węgl.przysw.: 355.54 g; kw.tł.nasyc.: 24.75 g; błonnik: 28.8 g; sól: 4.79 g; suma.cuk.prost.: 66.37 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-03-15		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (GLU, MLE_i), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ_i), chleb razowy 35 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR_i), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE_i), Salata dekoracyjna 12 g, mandarynka 1 szt,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ_i), udko z kurczaka pieczone w sosie pieczarkowym 170 g (MLE_i), ziemniaki z zieleciną 200 g, surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR_i), salata lodowa z ziołami 70 g,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE_i),	Posiłek nocny: ryż z owocami saszetka 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2506.42 kcal; białko og.: 104.14 g; tł.: 98.34 g; węgl.og.: 298.66 g; węgl.przysw.: 272.51 g; kw.tł.nasyc.: 29.04 g; błonnik: 26.15 g; sól: 6.67 g; suma.cuk.prost.: 63.53 g;

niedziela 2026-03-15		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (GLU, MLE_i), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), Schab pieczony 50 g (SEL, GOR_i), mozzarella mini kuleczki 4 szt (MLE_i), pomidor parzony 90 g, jabłko parzone 150 g,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (GLU, JAJ_i), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (SEL, GOR_i), sos jarzynowy przecierany 50 ml (GLU, MLE, SEL_i), ziemniaki z zieleciną 200 g, brokuły na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ_i), masło 15g 82% 1 szt (MLE_i), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (SEL_i), pomidor parzony 90 g,
	Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE_i),	Posiłek nocny: ryż z owocami saszetka 1 szt,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2262.64 kcal; białko og.: 109.92 g; tł.: 79.13 g; węgl.og.: 292.75 g; węgl.przysw.: 264.24 g; kw.tł.nasyc.: 30.1 g; błonnik: 26.63 g; sól: 6.24 g; suma.cuk.prost.: 67.64 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
serek wiejski 5%tł. 1 szt (<u>MLE</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), Indyk w galarecie 70 g , pomidor 100 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (<u>GLU, MLE</u>), wieprzowina na ostro duszona z warzywami 180 g (<u>GLU, SEL, GOR, SEZ</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , ćwikła z chrzanem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), Pasztet zapiekany 70 g (<u>GLU, OZI, MLE, SEL</u>), serek Tartare 1 szt (<u>MLE</u>), papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2284.67 kcal; białko og.: 106.77 g; tł.: 88.94 g; węgl.og.: 278.26 g; węgl.przysw.: 231.94 g; kw.tł.nasyc.: 29.35 g; błonnik: 30.82 g; sól: 5.62 g; suma.cuk.prost.: 41.28 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
serek wiejski 5%tł. 1 szt (<u>MLE</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), Indyk w galarecie 70 g , pomidor 100 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (<u>GLU, MLE</u>), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU</u>), ćwikła z olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE</u>), pierś z kurczaka 2 plastry. 50 g (<u>SEL</u>), Salata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2102.32 kcal; białko og.: 103.63 g; tł.: 63.95 g; węgl.og.: 288.4 g; węgl.przysw.: 247.54 g; kw.tł.nasyc.: 23.77 g; błonnik: 25.36 g; sól: 6.02 g; suma.cuk.prost.: 35.79 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
serek wiejski 5%tł. 1 szt (<u>MLE</u>), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), Indyk w galarecie 70 g , pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (<u>GLU, MLE</u>), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (<u>GLU, MLE, SEL</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , ćwikła z chrzanem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE</u>), pierś z kurczaka 2 plastry. 50 g (<u>SEL</u>), papryka kolorowa 100 g ,
	Podwieczorek: mandarynka 1 szt ,	Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2079.94 kcal; białko og.: 105.58 g; tł.: 68.88 g; węgl.og.: 277.77 g; węgl.przysw.: 222.66 g; kw.tł.nasyc.: 24.25 g; błonnik: 37.52 g; sól: 5.74 g; suma.cuk.prost.: 60.57 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
serek wiejski 5%tł. 1 szt (<u>MLE</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), serek topiony 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g (<u>GLU, JAJ, MLE</u>), surówka z marchewki i ananasa 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), serek Tartare 3. x 1 szt (<u>MLE</u>), dżem 25 g (<u>SOZ</u>), papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2488.96 kcal; białko og.: 109.45 g; tł.: 99.53 g; węgl.og.: 301.49 g; węgl.przysw.: 259.82 g; kw.tł.nasyc.: 43.48 g; błonnik: 24.08 g; sól: 5.07 g; suma.cuk.prost.: 75.34 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (<u>MLE_i</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU_i</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU_i</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ_i</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE_i</u>), Indyk w galarecie 70 g , pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa ogórkowa z ziemniakami 315 ml (<u>GLU_i</u> , <u>MLE</u> , <u>GOR_i</u>), wieprzowina na ostro duszona z warzywami 180 g (<u>GLU_i</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u> , <u>SEZ_i</u>), kasza gryczana na sypko 200 g , ćwikła z chrzanem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU_i</u> , <u>SEZ_i</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU_i</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ_i</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE_i</u>), Pasztet zapiekany 70 g (<u>GLU_i</u> , <u>OZI</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL_i</u>), serek Tartare 1 szt (<u>MLE_i</u>), papryka kolorowa 100 g ,
	Podwieczorek: serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (<u>MLE_i</u>),	Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2438.09 kcal; białko og.: 102.62 g; tł.: 90.48 g; węgl.og.: 318.53 g; węgl.przysw.: 269.78 g; kw.tł.nasyc.: 31.44 g;
błonnik: 29.94 g; sól: 6.23 g; suma.cuk.prost.: 58.72 g;

poniedziałek 2026-03-16 Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (<u>MLE_i</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU_i</u>), chleb pszenno-żytni 35 g (<u>GLU_i</u> , <u>SEZ_i</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE_i</u>), Indyk w galarecie 70 g , pomidor parzony 90 g , mus owocowy kubuś 1 szt ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (<u>GLU_i</u> , <u>MLE_i</u>), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (<u>GLU_i</u> , <u>MLE_i</u> , <u>SEL_i</u>), kasza jęczmienna na sypko 200 g (<u>GLU_i</u>), ćwikła z olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (<u>GLU_i</u> , <u>SEZ_i</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE_i</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE_i</u>), pierś z kurczaka 2 plastry. 50 g (<u>SEL_i</u>), pomidor parzony 90 g ,
	Podwieczorek: serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (<u>MLE_i</u>),	Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2220.95 kcal; białko og.: 100.61 g; tł.: 65.07 g; węgl.og.: 318.48 g; węgl.przysw.: 276.2 g; kw.tł.nasyc.: 25.93 g;
błonnik: 25.58 g; sól: 5.97 g; suma.cuk.prost.: 65.2 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
kakao 250 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2 szt (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), pomidorki koktajlowe. 60 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), galaretką z piersi kurczaka z warzywami 120 g (<u>SEL</u>), dżem 25 g (<u>SOZ</u>), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2352.93 kcal; białko og.: 112.52 g; tł.: 89.17 g; węgl.og.: 289.57 g; węgl.przysw.: 261.86 g; kw.tł.nasyc.: 33.35 g; błonnik: 27.74 g; sól: 5.02 g; suma.cuk.prost.: 56.67 g;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
kakao 250 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2 szt (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), pomidorki koktajlowe. 60 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), bitka ze schabu duszona 100 g (<u>GLU</u>), sos potrawkowy 50 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), galaretką z piersi kurczaka z warzywami 120 g (<u>SEL</u>), dżem 25 g (<u>SOZ</u>), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2246.81 kcal; białko og.: 117.21 g; tł.: 77.42 g; węgl.og.: 282.65 g; węgl.przysw.: 259.13 g; kw.tł.nasyc.: 33.91 g; błonnik: 23.53 g; sól: 4.64 g; suma.cuk.prost.: 54.4 g;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
kakao 250 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), chleb razowy 90. x 0 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2 szt (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), pomidorki koktajlowe. 60 g , gruszka 150 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), bitka ze schabu duszona 100 g (<u>GLU</u>), sos potrawkowy 50 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), galaretką z piersi kurczaka z warzywami 120 g (<u>SEL</u>), roszponka 10 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (<u>MLE</u>),	Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2229.88 kcal; białko og.: 119.07 g; tł.: 85.58 g; węgl.og.: 264.12 g; węgl.przysw.: 213.97 g; kw.tł.nasyc.: 34.3 g; błonnik: 30.97 g; sól: 4.37 g; suma.cuk.prost.: 58.63 g;

wtorek 2026-03-17 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
kakao 250 ml (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u>), bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), jajka gotowane 2 szt (<u>JAJ</u>), pomidorki koktajlowe. 60 g , gruszka 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , placki ziemniaczane z sosem jogurtowo-czosnkowym 3 szt (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u>), surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), pasztecik sojowy 1 szt , dżem 25 g (<u>SOZ</u>), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEZ</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2566.9 kcal; białko og.: 76.88 g; tł.: 114.1 g; węgl.og.: 324.33 g; węgl.przysw.: 279.27 g; kw.tł.nasyc.: 31.87 g; błonnik: 25.87 g; sól: 4.59 g; suma.cuk.prost.: 68.41 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (<u>GLU, MLE,</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), jajka gotowane 2 szt (<u>JAJ,</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE,</u>), pomidorki koktajlowe. 60 g , banan 200 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, ORZ,</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 130 g (<u>JAJ,</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL,</u>), dżem 25 g (<u>SO2,</u>), roszponka 10 g , Pomidor 60 g ,
	Podwieczorek: biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (<u>GLU, JAJ,</u>),	Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEZ,</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2350.83 kcal; białko og.: 98.34 g; tł.: 90.81 g; węgl.og.: 299.84 g; węgl.przysw.: 253.72 g; kw.tł.nasyc.: 33.25 g; błonnik: 28.82 g; sól: 5.29 g; suma.cuk.prost.: 73.82 g;

wtorek 2026-03-17		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (<u>GLU, MLE,</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU,</u>), chleb pszenno-żytni 35 g (<u>GLU, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), jajka gotowane 2 szt (<u>JAJ,</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE,</u>), pomidor parzony 90 g , banan 200 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), bitka ze schabu duszona 100 g (<u>GLU,</u>), sos potrawkowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (<u>GLU, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), dżem 25 g (<u>SO2,</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL,</u>), roszponka 10 g ,
	Podwieczorek: biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (<u>GLU, JAJ,</u>),	Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (<u>GLU, JAJ, MLE, SEZ,</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2273.54 kcal; białko og.: 103.52 g; tł.: 79.07 g; węgl.og.: 299.22 g; węgl.przysw.: 258 g; kw.tł.nasyc.: 33.8 g; błonnik: 23.91 g; sól: 4.97 g; suma.cuk.prost.: 70.86 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR), sałata lodowa z ziołami 70 g , serek homogenizowany smakowy 1 szt (MLE),	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), łazanki zapiekane z kapustą, cebulką i pieczarkami 250 g (GLU, JAJ), surówka z marchewki z dodatkiem śmietany 130 g (MLE), kompot z owocami 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), serek Tartare 1 szt (MLE), sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g (JAJ, SEL), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2468.37 kcal; białko og.: 72.22 g; tł.: 101.27 g; węgl.og.: 317.19 g; węgl.przysw.: 284.39 g; kw.tł.nasyc.: 26.11 g; błonnik: 30.86 g; sól: 7.64 g; suma.cuk.prost.: 48.9 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb pszenno-żytni 70 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 , serek homogenizowany smakowy 1 szt (MLE),	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (GLU, JAJ, MLE), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek Tartare 1 szt (MLE), sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g (JAJ, SEL), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2420.56 kcal; białko og.: 75.01 g; tł.: 109.16 g; węgl.og.: 278.81 g; węgl.przysw.: 257.18 g; kw.tł.nasyc.: 25.82 g; błonnik: 20.44 g; sól: 7.23 g; suma.cuk.prost.: 47.47 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR), mandarynka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g , serek homogenizowany naturalny 1 szt (MLE),	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), filet z kurczaka pieczony z natką 100 g , sos warzywny przecierany b/ml b/glut 1 Por (SEL), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka z marchewki z dodatkiem śmietany 130 g (MLE), kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek Tartare 1 szt (MLE), sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g (JAJ, SEL), Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2378.72 kcal; białko og.: 100.93 g; tł.: 99.33 g; węgl.og.: 275.54 g; węgl.przysw.: 236.68 g; kw.tł.nasyc.: 25.88 g; błonnik: 36.04 g; sól: 6.3 g; suma.cuk.prost.: 80.82 g;

środa 2026-03-18 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek topiony 50 g (MLE), dżem 25 g (SO2), mandarynka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g , serek homogenizowany smakowy 1 szt (MLE),	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (GLU, JAJ, MLE), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek Tartare 1 szt (MLE), sałatka z warzyw i ryżu z oliwą 150 g (SEL), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2173.67 kcal; białko og.: 60.01 g; tł.: 88.64 g; węgl.og.: 295.06 g; węgl.przysw.: 270.93 g; kw.tł.nasyc.: 31.9 g; błonnik: 22.95 g; sól: 5.92 g; suma.cuk.prost.: 67.42 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
<p>manna na mleku 2%tł. 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), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (SOJ, SEL, GOR), dżem 25 g (SO2), salata lodowa z ziołami 70 g , mandarynka 1 szt ,</p>	<p>zupa grochówka z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEL, GOR, SO2), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (GLU, JAJ, MLE), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,</p>	<p>herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek Tartare 1 szt (MLE), pierś z kurczaka 2 plastry. 50 g (SEL), Salata dekoracyjna 12 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: galaretką owocową 175g 1 szt ,</p>	<p>Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2347.59 kcal; białko og.: 77.89 g; tł.: 94.64 g; węgl.og.: 291.44 g; węgl.przysw.: 269.95 g; kw.tł.nasyc.: 23.78 g; błonnik: 21.52 g; sól: 6.17 g; suma.cuk.prost.: 97.14 g;

środa 2026-03-18		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (GLU), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), Krakowska parzona drobiowa 50 g , dżem 25 g (SO2), pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,</p>	<p>zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (GLU, JAJ, MLE), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,</p>	<p>herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (GLU, SEZ), masło 15g 82% 1 szt (MLE), serek Tartare 1 szt (MLE), pierś z kurczaka 2 plastry. 50 g (SEL), pomidor parzony 90 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: galaretką owocową 175g 1 szt ,</p>	<p>Posiłek nocny: mus warzywny 100g 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2175.82 kcal; białko og.: 74.57 g; tł.: 73.85 g; węgl.og.: 314.17 g; węgl.przysw.: 293.01 g; kw.tł.nasyc.: 25.26 g; błonnik: 21.18 g; sól: 4.93 g; suma.cuk.prost.: 108.43 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19		
Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), papryka kolorowa 100 g ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), kotlet po ławsku panierowany pieczony 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, ORZ</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), chleb razowy 70 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z 2 jaj z zieleciną 100 g (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2257.72 kcal; białko og.: 104.75 g; tł.: 95.89 g; węgl.og.: 261.86 g; węgl.przysw.: 233.89 g; kw.tł.nasyc.: 34.81 g; błonnik: 28.02 g; sól: 6.13 g; suma.cuk.prost.: 31.02 g;

czwartek 2026-03-19		
Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g , sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z 2 jaj z zieleciną 100 g (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2084 kcal; białko og.: 92.43 g; tł.: 78.61 g; węgl.og.: 263.05 g; węgl.przysw.: 239.44 g; kw.tł.nasyc.: 26.28 g; błonnik: 23.63 g; sól: 4.98 g; suma.cuk.prost.: 29.48 g;

czwartek 2026-03-19		
Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE</u>), papryka kolorowa 100 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u>), roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g , sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g (<u>JAJ, GOR</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z 2 jaj z zieleciną 100 g (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g ,
	Podwieczorek: gruszka 150 g ,	Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2081.07 kcal; białko og.: 88.55 g; tł.: 85.29 g; węgl.og.: 257.93 g; węgl.przysw.: 205.21 g; kw.tł.nasyc.: 26.72 g; błonnik: 33.55 g; sól: 4.81 g; suma.cuk.prost.: 55.32 g;

czwartek 2026-03-19		
Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), pomidor 100 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , knedle na słodko z truskawkami 250 g (<u>JAJ</u>), surówka z marchewki i ananasa 130 g (<u>JAJ</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (<u>GLU, SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), serek Kanapkowy mini 2 szt (<u>MLE</u>), Rzodkiewka 40 g , roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2152.87 kcal; białko og.: 57.36 g; tł.: 62.12 g; węgl.og.: 359.06 g; węgl.przysw.: 331.59 g; kw.tł.nasyc.: 30.74 g; błonnik: 27.48 g; sól: 3.89 g; suma.cuk.prost.: 60.82 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (<u>MLE</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), Ser żółty 50 g (<u>MLE</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE</u>), papryka kolorowa 100 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa z fasoli białej Jaś z ziemniakami 315 ml (<u>GLU</u>), kotlet po ławsku panierowany pieczony 100 g (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g (<u>JAJ</u> , <u>GOR</u>), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), chleb razowy 35 g (<u>GLU</u> , <u>SOJ</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z 2 jaj z zieleciną 100 g (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g ,
	Podwieczorek: kruche ciastka 50g 1 Por (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>),	Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2554.84 kcal; białko og.: 109.72 g; tł.: 106.31 g; węgl.og.: 308.76 g; węgl.przysw.: 276.86 g; kw.tł.nasyc.: 37.21 g;
błonnik: 31.95 g; sól: 4.53 g; suma.cuk.prost.: 58.28 g;

czwartek 2026-03-19		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (<u>MLE</u>), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (<u>GLU</u>), chleb pszenno-żytni 35 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL</u>), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 37.50 g (<u>MLE</u>), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u> , <u>GOR</u>), roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g , sos pietruszkowy 50 ml (<u>GLU</u> , <u>MLE</u> , <u>SEL</u>), ziemniaki z zieleciną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (<u>GLU</u> , <u>SEZ</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE</u>), pasta z 2 jaj z zieleciną 100 g (<u>JAJ</u>), serek Kanapkowy mini 1 szt (<u>MLE</u>), pomidor parzony 90 g ,
	Podwieczorek: kruche ciastka 50g 1 Por (<u>GLU</u> , <u>JAJ</u> , <u>OZI</u> , <u>SOJ</u> , <u>MLE</u> , <u>ORZ</u> , <u>SEZ</u>),	Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (<u>GLU</u>),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2299.73 kcal; białko og.: 98.66 g; tł.: 86.92 g; węgl.og.: 294.96 g; węgl.przysw.: 267.57 g; kw.tł.nasyc.: 30.43 g;
błonnik: 25.51 g; sól: 4.77 g; suma.cuk.prost.: 56.5 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE,), bułka kajzerka 50g 0 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , twarożek z jogurtem 50 g (MLE,), rukola 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE,), sos rybny 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z mięta 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,), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL,), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2235.16 kcal; białko og.: 79.2 g; tł.: 97.16 g; węgl.og.: 276.65 g; węgl.przysw.: 228.45 g; kw.tł.nasyc.: 30.43 g; błonnik: 32.07 g; sól: 6.24 g; suma.cuk.prost.: 40.76 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE,), bułka kajzerka 50g 0 g (GLU,), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , twarożek z jogurtem 50 g (MLE,), rukola 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE,), sos rybny 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z mięta 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL,), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2239.45 kcal; białko og.: 80.77 g; tł.: 96.59 g; węgl.og.: 273.75 g; węgl.przysw.: 232.64 g; kw.tł.nasyc.: 30.44 g; błonnik: 25.36 g; sól: 5.12 g; suma.cuk.prost.: 40.61 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE,), chleb razowy 90. x 0 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , twarożek z jogurtem 50 g (MLE,), rukola 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , mandarynka 1 szt ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE,), sos rybny 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z mięta 250 ml , chleb razowy 90 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL,), Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2153.22 kcal; białko og.: 74.96 g; tł.: 97.14 g; węgl.og.: 264.54 g; węgl.przysw.: 210.03 g; kw.tł.nasyc.: 30.36 g; błonnik: 36.29 g; sól: 5.61 g; suma.cuk.prost.: 61.26 g;

piątek 2026-03-20 Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (GLU, MLE,), bułka kajzerka 50g 0 g (GLU,), chleb pszenno-żytni 70 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), pasztet sojowy 1 szt , twarożek z jogurtem 50 g (MLE,), rukola 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kopytka z ziemniaków i dyni 7 szt (GLU, JAJ, MLE, ORZ,), pieczarki w śmietanie 50 ml (MLE,), surówka z pora, jabłek i roszynki 100 g (JAJ, OZI, MLE, SOZ,), kompot z owocami 250 ml ,	herbata z mięta 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2484.67 kcal; białko og.: 71.48 g; tł.: 106.72 g; węgl.og.: 324.08 g; węgl.przysw.: 279.06 g; kw.tł.nasyc.: 35.97 g; błonnik: 28.71 g; sól: 4.38 g; suma.cuk.prost.: 47.49 g;

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-03-20		
Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (GLU,), chleb razowy 70 g (GLU, SOJ, ORZ, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , miód 25 g , rukola 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , galaretki owocowa 175g 1 szt ,</p>	<p>zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE,), sos rybny 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , surówka z kiszanej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,</p>	<p>herbata z miętą 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,), Sałatka warzywna 150 g (JAJ, SEL,), Sałata dekoracyjna 12 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE,),</p>	<p>Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2478.34 kcal; białko og.: 78.38 g; tł.: 96.11 g; węgl.og.: 339.34 g; węgl.przysw.: 291.84 g; kw.tł.nasyc.: 29.87 g; błonnik: 31.38 g; sól: 5.87 g; suma.cuk.prost.: 75.44 g;

piątek 2026-03-20		
Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (GLU, MLE,), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (GLU,), chleb pszenno-żytni 35 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), Krakowska parzona drobiowa 50 g , miód 25 g , pomidor parzony 90 g , galaretki owocowa 175g 1 szt ,</p>	<p>zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Łosoś pieczony z ziołami, masłem i cytryną 90 g (RYB, MLE,), sos rybny 50 ml (GLU, MLE, SEL,), ziemniaki z zieloną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,</p>	<p>herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (GLU, SEZ,), masło 15g 82% 1 szt (MLE,), jajko gotowane 1 szt (JAJ,), serek Tartare 2 szt (MLE,), pomidor parzony 90 g ,</p>
	<p>Podwieczorek: Jogurt owocowy saszetka 1 szt (MLE,),</p>	<p>Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,</p>

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2386.71 kcal; białko og.: 81.51 g; tł.: 88.31 g; węgl.og.: 327 g; węgl.przysw.: 286.97 g; kw.tł.nasyc.: 28.69 g; błonnik: 24.55 g; sól: 4.55 g; suma.cuk.prost.: 75.95 g;