

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 50 g ( <b>SEL, GOR,</b> ), twaróg z jogurtem 50 g ( <b>MLE,</b> ), papryka kolorowa 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), kotlet po szwajcarsku ze schabu pieczony 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</b> ), sos ziołowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g ( <b>JAJ,</b> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), galaretkę z dorsza z warzywami 120 g ( <b>RYB, SEL,</b> ), serek Tartare 1 szt ( <b>MLE,</b> ), Salata dekoracyjna 12 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2227.14 kcal; białko og.: 98.44 g; tł.: 85.91 g; węgl.og.: 282.38 g; węgl.przysw.: 250.48 g; kw.tł.nasyc.: 29.05 g; błonnik: 31.95 g; sól: 5.73 g; suma.cuk.prost.: 62.22 g;

<b>wtorek 2026-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU,</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 50 g ( <b>SEL, GOR,</b> ), twaróg z jogurtem 50 g ( <b>MLE,</b> ), pomidor 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), bitka ze schabu duszona 100 g ( <b>GLU,</b> ), sos ziołowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchewka gotowana 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), galaretkę z dorsza z warzywami 120 g ( <b>RYB, SEL,</b> ), serek Tartare 1 szt ( <b>MLE,</b> ), Salata dekoracyjna 12 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2096.5 kcal; białko og.: 100.31 g; tł.: 70.29 g; węgl.og.: 280.17 g; węgl.przysw.: 252.46 g; kw.tł.nasyc.: 26.28 g; błonnik: 27.75 g; sól: 4.96 g; suma.cuk.prost.: 60.83 g;

<b>wtorek 2026-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb razowy 90. x 0 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), szynka gotowana 50 g ( <b>SEL, GOR,</b> ), twaróg z jogurtem 50 g ( <b>MLE,</b> ), papryka kolorowa 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,</b> ), bitka ze schabu duszona 100 g ( <b>GLU,</b> ), sos ziołowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL, GOR,</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g ( <b>JAJ,</b> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), galaretkę z dorsza z warzywami 120 g ( <b>RYB, SEL,</b> ), serek Tartare 1 szt ( <b>MLE,</b> ), Salata dekoracyjna 12 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kefir 1,5% 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2015.86 kcal; białko og.: 103.26 g; tł.: 75.73 g; węgl.og.: 247.73 g; węgl.przysw.: 214.72 g; kw.tł.nasyc.: 26.35 g; błonnik: 33.06 g; sól: 4.68 g; suma.cuk.prost.: 61.51 g;

<b>wtorek 2026-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU,</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), twaróg z jogurtem 100 g ( <b>MLE,</b> ), miód 25 g , papryka kolorowa 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kopytka z ziemniaków i dyni 7 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ,</b> ), pieczarki w śmietanie 50 ml ( <b>MLE,</b> ), surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g ( <b>JAJ,</b> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), serek Tartare 3. x 1 szt ( <b>MLE,</b> ), dżem 25 g ( <b>SOJ,</b> ), Salata dekoracyjna 12 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2319.25 kcal; białko og.: 67.54 g; tł.: 82.49 g; węgl.og.: 342.59 g; węgl.przysw.: 311.34 g; kw.tł.nasyc.: 35.07 g; błonnik: 31.28 g; sól: 3.36 g; suma.cuk.prost.: 78.14 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
<p>manna 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 gotowana 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), twarożek z jogurtem 50 g (<u>MLE,</u>), papryka kolorowa 100 g, banan 200 g,</p>	<p>zupa pejżanka z fasolą Jaś 315 ml (<u>GLU, MLE, SEL,</u>), kotlet po szwajcarsku ze schabu pieczony 100 g (<u>GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,</u>), ziemniaki z zieleniną 200 g, surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g (<u>JAJ,</u>), kompot z owocami 250 ml,</p>	<p>herbata b/c 250 ml, chleb razowy 90 g (<u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), galaretką z dorsza z warzywami 120 g (<u>RYB, SEL,</u>), serek Tartare 1 szt (<u>MLE,</u>), Salata dekoracyjna 12 g,</p>
	<p><b>Podwieczorek:</b> biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (<u>GLU, JAJ,</u>),</p>	<p><b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt,</p>

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2211.93 kcal; białko og.: 100.58 g; tł.: 77.52 g; węgl.og.: 295.1 g; węgl.przysw.: 245.79 g; kw.tł.nasyc.: 27.67 g; błonnik: 32.01 g; sól: 4.82 g; suma.cuk.prost.: 75.77 g;

<b>wtorek 2026-04-21</b> <b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
<p>manna 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 gotowana 50 g (<u>SEL, GOR,</u>), twarożek z jogurtem 50 g (<u>MLE,</u>), pomidor parzony 90 g, banan 200 g,</p>	<p>zupa koperkowa z ryżem 315 ml (<u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,</u>), bitka ze schabu duszona 100 g (<u>GLU,</u>), sos ziołowy 50 ml (<u>GLU, MLE, SEL, GOR,</u>), ziemniaki z zieleniną 200 g, marchewka gotowana 130 g, kompot z owocami 250 ml,</p>	<p>herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g (<u>GLU, SEZ,</u>), masło 15g 82% 1 szt (<u>MLE,</u>), serek Tartare 1 szt (<u>MLE,</u>), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (<u>SEL,</u>), Salata dekoracyjna 12 g,</p>
	<p><b>Podwieczorek:</b> biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (<u>GLU, JAJ,</u>),</p>	<p><b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt,</p>

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2215.14 kcal; białko og.: 100.38 g; tł.: 73.78 g; węgl.og.: 300.27 g; węgl.przysw.: 258.1 g; kw.tł.nasyc.: 27.63 g; błonnik: 24.87 g; sól: 5.2 g; suma.cuk.prost.: 72.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
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> ), polędwica sopocka 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), skyr naturalny 150g 1 szt , miód 25 g , ogórek zielony 100 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), łazanki zapiekane z kapustą, cebulką i pieczarkami 250 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ</u> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <u>MLE</u> ), mieszanka kolorowych sałat 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2010.35 kcal; białko og.: 82.07 g; tł.: 67.53 g; węgl.og.: 283.74 g; węgl.przysw.: 256.69 g; kw.tł.nasyc.: 28.14 g; błonnik: 27.06 g; sól: 5.47 g; suma.cuk.prost.: 34.2 g;

<b>środa 2026-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
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> ), polędwica sopocka 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), skyr naturalny 150g 1 szt , miód 25 g , pomidor 100 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), leczko lekkostrawne z wędliną drobiową 300 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ryż biały na sypko 200 g , kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ</u> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <u>MLE</u> ), mieszanka kolorowych sałat 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2016.48 kcal; białko og.: 87.93 g; tł.: 58.04 g; węgl.og.: 298.58 g; węgl.przysw.: 275.54 g; kw.tł.nasyc.: 29.04 g; błonnik: 23.03 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 37.98 g;

<b>środa 2026-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
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> ), polędwica sopocka 50 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), skyr naturalny 150g 1 szt , ogórek zielony 100 g , jabłko 150 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), leczko lekkostrawne z wędliną drobiową 300 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ</u> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <u>MLE</u> ), mieszanka kolorowych sałat 10 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 1996.37 kcal; białko og.: 86.36 g; tł.: 69.7 g; węgl.og.: 282.5 g; węgl.przysw.: 219.69 g; kw.tł.nasyc.: 30.08 g; błonnik: 41.49 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 64.49 g;

<b>środa 2026-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
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> ), pasztecik sojowy 1 szt , skyr naturalny 150g 1 szt , miód 25 g , ogórek zielony 100 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , łazanki zapiekane z kapustą, cebulką i pieczarkami 250 g ( <u>GLU, JAJ</u> ), surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g ( <u>JAJ, MLE</u> ), kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajko gotowane 1 szt ( <u>JAJ</u> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <u>MLE</u> ), mieszanka kolorowych sałat 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2223.97 kcal; białko og.: 76.2 g; tł.: 87.23 g; węgl.og.: 300.06 g; węgl.przysw.: 271.93 g; kw.tł.nasyc.: 26.6 g; błonnik: 26.04 g; sól: 4.97 g; suma.cuk.prost.: 47.48 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
zacierka na mleku 2% 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), polędwica sopočka 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), serek Haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), miód 25 g, ogórek zielony 100 g, jabłko 150 g,	zupa grochówka z ziemniakami 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEL, GOR, SO2</b> ), łazanki zapiekane z kapustą, cebulką i pieczarkami 250 g ( <b>GLU, JAJ</b> ), surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g ( <b>JAJ, MLE</b> ), kompot z owocami 200 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), mieszanka kolorowych sałat 10 g,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy saszetka 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEZ</b> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2212.61 kcal; białko og.: 80.79 g; tł.: 80.1 g; węgl.og.: 307.39 g; węgl.przysw.: 278.04 g; kw.tł.nasyc.: 29.09 g; błonnik: 26.6 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 58.87 g;

<b>środa 2026-04-22</b> <b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
zacierka na mleku 2% 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), polędwica sopočka 50 g ( <b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), serek Haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), miód 25 g, pomidor 100 g, mus owocowy kubaś 1 szt,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), leczko lekkostrawne z wędliną drobiową 300 g ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ryż biały na sypko 200 g, kompot z owocami 200 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), pomidor parzony 90 g,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy saszetka 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, SEZ</b> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2268.14 kcal; białko og.: 84.55 g; tł.: 67.79 g; węgl.og.: 342.11 g; węgl.przysw.: 317.08 g; kw.tł.nasyc.: 30.75 g; błonnik: 24.37 g; sól: 5.98 g; suma.cuk.prost.: 74.59 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-23</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE</b> ), papryka kolorowa 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), kotlet słoneczny drobiowy smażony 120 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g, mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Salátka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), Szynekowa wieprzowa 50 g ( <b>SEL, GOR</b> ), Salata dekoracyjna 12 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2379.04 kcal; białko og.: 96.83 g; tł.: 91.52 g; węgl.og.: 308.89 g; węgl.przysw.: 276.32 g; kw.tł.nasyc.: 27.54 g; błonnik: 32.34 g; sól: 6.04 g; suma.cuk.prost.: 79.67 g;

czwartek 2026-04-23	Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE</b> ), pomidor 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rolada drobiowa mielona z suszonymi pomidorami 100 g ( <b>JAJ</b> ), sos beszamelowy 50 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g, bukiel warzyw na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Salátka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), Szynekowa wieprzowa 50 g ( <b>SEL, GOR</b> ), Salata dekoracyjna 12 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2290.13 kcal; białko og.: 100.29 g; tł.: 80.4 g; węgl.og.: 305.75 g; węgl.przysw.: 275.82 g; kw.tł.nasyc.: 25.69 g; błonnik: 29.71 g; sól: 5.5 g; suma.cuk.prost.: 79.81 g;

czwartek 2026-04-23	Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), chleb razowy 90. x 0 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE</b> ), papryka kolorowa 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rolada drobiowa mielona z suszonymi pomidorami 100 g ( <b>JAJ</b> ), sos beszamelowy 50 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g, mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Salátka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), Szynekowa wieprzowa 50 g ( <b>SEL, GOR</b> ), Salata dekoracyjna 12 g,
	<b>Podwieczorek:</b> kefir 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2167.03 kcal; białko og.: 101.56 g; tł.: 82.33 g; węgl.og.: 272.13 g; węgl.przysw.: 239.8 g; kw.tł.nasyc.: 26.91 g; błonnik: 32.1 g; sól: 5.36 g; suma.cuk.prost.: 83.26 g;

czwartek 2026-04-23	Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Ser żółty 50 g ( <b>MLE</b> ), miód 25 g, pomidor 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml, pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), surówka z marchewki i ananasa 130 g ( <b>JAJ</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Salátka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), dżem 25 g ( <b>SOJ</b> ), Salata dekoracyjna 12 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2569.4 kcal; białko og.: 102.52 g; tł.: 97.67 g; węgl.og.: 337.24 g; węgl.przysw.: 309.15 g; kw.tł.nasyc.: 43.78 g; błonnik: 27.84 g; sól: 4.7 g; suma.cuk.prost.: 106.43 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
lane kluski na mleku 2% 150 ml ( <b>MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE</b> ), papryka kolorowa 100 g, mandarynka 1 szt,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), kotlet słoneczny drobiowy smażony 120 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g, mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), Szynekowa wieprzowa 50 g ( <b>SEL, GOR</b> ), Sałata dekoracyjna 12 g,
	<b>Podwieczorek:</b> drożdżówka z kruszonką mała 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2595.12 kcal; białko og.: 104.17 g; tł.: 97.92 g; węgl.og.: 339.59 g; węgl.przysw.: 310.25 g; kw.tł.nasyc.: 31.31 g; błonnik: 29.11 g; sól: 5.27 g; suma.cuk.prost.: 82.96 g;

<b>czwartek 2026-04-23</b> <b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
lane kluski na mleku 2% 150 ml ( <b>MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE</b> ), pomidor parzony 90 g, jabłko parzone 150 g,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), rolada drobiowa mielona z suszonymi pomidorami 100 g ( <b>JAJ</b> ), sos beszamelowy 50 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), 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 ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Tartare 1 szt ( <b>MLE</b> ), Szynekowa wieprzowa 50 g ( <b>SEL, GOR</b> ), pomidor parzony 90 g,
	<b>Podwieczorek:</b> drożdżówka z kruszonką mała 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2375.07 kcal; białko og.: 107.48 g; tł.: 75.65 g; węgl.og.: 331.01 g; węgl.przysw.: 301.56 g; kw.tł.nasyc.: 28.27 g; błonnik: 27.58 g; sól: 4.6 g; suma.cuk.prost.: 83.08 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), twarożek z olejem lnianym 100 g ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), rzodkiewki 70 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g ( <b>RYB</b> ), sos rybny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszzonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g ( <b>JAJ</b> ), Salata dekoracyjna 12 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2269.36 kcal; białko og.: 87.13 g; tł.: 97.25 g; węgl.og.: 280.57 g; węgl.przysw.: 244.33 g; kw.tł.nasyc.: 29.32 g; błonnik: 33.11 g; sól: 5.73 g; suma.cuk.prost.: 66.47 g;

<b>piątek 2026-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), twarożek z olejem lnianym 100 g ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), roszponka 10 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g ( <b>RYB</b> ), sos rybny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g ( <b>JAJ</b> ), Salata dekoracyjna 12 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2266.34 kcal; białko og.: 88.33 g; tł.: 96.61 g; węgl.og.: 275.81 g; węgl.przysw.: 247.72 g; kw.tł.nasyc.: 29.33 g; błonnik: 25.33 g; sól: 4.6 g; suma.cuk.prost.: 65.55 g;

<b>piątek 2026-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb razowy 90. x 0 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), twarożek z olejem lnianym 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewki 70 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b> ), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g ( <b>RYB</b> ), sos rybny 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszzonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g ( <b>JAJ</b> ), Salata dekoracyjna 12 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> jogurt pitny naturalny 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2273.91 kcal; białko og.: 95.32 g; tł.: 101.87 g; węgl.og.: 264.12 g; węgl.przysw.: 225.96 g; kw.tł.nasyc.: 32.36 g; błonnik: 35.02 g; sól: 5.55 g; suma.cuk.prost.: 80.36 g;

<b>piątek 2026-04-24</b> <b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb pszenno-żytni 50 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), twarożek z olejem lnianym 100 g ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), rzodkiewki 70 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z warzywami i groszkiem zapiekane w sosie serowym 250 g ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ), surówka z kiszzonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Haga 1 szt ( <b>MLE</b> ), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g ( <b>JAJ</b> ), Salata dekoracyjna 12 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2389.23 kcal; białko og.: 84.9 g; tł.: 90.02 g; węgl.og.: 329.57 g; węgl.przysw.: 292.41 g; kw.tł.nasyc.: 34.58 g; błonnik: 34.02 g; sól: 5.44 g; suma.cuk.prost.: 85.88 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (<b>GLU, MLE</b>), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, SEZ</b>), chleb razowy 70 g (<b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), twarożek z olejem lnianym 100 g (<b>MLE</b>), dżem 25 g (<b>SO2</b>), rzodkiewki 70 g, galaretki owocowa 175g 1 szt,</p>	<p>zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g (<b>RYB</b>), sos rybny 50 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), ziemniaki z zieleniną 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 (<b>GLU, SEZ</b>), chleb razowy 35 g (<b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), serek Haga 1 szt (<b>MLE</b>), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (<b>JAJ</b>), Sałata dekoracyjna 12 g, pomidorki koktajlowe 40 g,</p>
	<p><b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy saszetka 1 szt (<b>MLE</b>),</p>	<p><b>Posiłek nocny:</b> jabłko 150 g,</p>

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2466.02 kcal; białko og.: 92.04 g; tł.: 96.61 g; węgl.og.: 326.12 g; węgl.przysw.: 290.05 g; kw.tł.nasyc.: 28.88 g; błonnik: 32.94 g; sól: 5.37 g; suma.cuk.prost.: 100.04 g;

<b>piątek 2026-04-24</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (<b>GLU, MLE</b>), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 50 g (<b>GLU, SEZ</b>), chleb pszenno-żytni 35 g (<b>GLU, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), twarożek z olejem lnianym 100 g (<b>MLE</b>), dżem 25 g (<b>SO2</b>), pomidor parzony 90 g, galaretki owocowa 175g 1 szt,</p>	<p>zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g (<b>RYB</b>), sos rybny 50 ml (<b>GLU, MLE, SEL</b>), ziemniaki z zieleniną 200 g, brokuły na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,</p>	<p>herbata z miętą 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g (<b>GLU, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (<b>JAJ</b>), serek Haga 1 szt (<b>MLE</b>), pomidor parzony 90 g,</p>
	<p><b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy saszetka 1 szt (<b>MLE</b>),</p>	<p><b>Posiłek nocny:</b> jabłko parzone 150 g,</p>

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2487.5 kcal; białko og.: 94.78 g; tł.: 96.41 g; węgl.og.: 326.58 g; węgl.przysw.: 295.51 g; kw.tł.nasyc.: 28.97 g; błonnik: 28.52 g; sól: 4.36 g; suma.cuk.prost.: 102.95 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE,</b> ), wędlina drobiowa 50 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek zielony 100 g ,	zupa selerowa z zacierką 315 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), gołąbek po meksykańsku zapiekany 120 g ( <b>JAJ,</b> ), sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g ( <b>JAJ, SEL, GOR,</b> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> suszone jabłka 20g 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2372.25 kcal; białko og.: 80.94 g; tł.: 100 g; węgl.og.: 287.09 g; węgl.przysw.: 254.54 g; kw.tł.nasyc.: 27.89 g; błonnik: 32.58 g; sól: 7.06 g; suma.cuk.prost.: 45.24 g;

<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE,</b> ), wędlina drobiowa 50 g ( <b>SEL,</b> ), rukola 10 g ,	zupa selerowa z zacierką 315 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), klopsik mielony opiekany 100 g ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> suszone jabłka 20g 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2251.72 kcal; białko og.: 82.18 g; tł.: 91.86 g; węgl.og.: 269.58 g; węgl.przysw.: 245.33 g; kw.tł.nasyc.: 27.64 g; błonnik: 24.27 g; sól: 6.74 g; suma.cuk.prost.: 39.36 g;

<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb razowy 90. x 0 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <b>MLE,</b> ), wędlina drobiowa 50 g ( <b>SEL,</b> ), ogórek zielony 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa selerowa z zacierką 315 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), klopsik mielony opiekany 100 g ( <b>GLU, JAJ, SEL,</b> ), sos pomidorowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL,</b> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g ( <b>JAJ, SEL, GOR,</b> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g ( <b>SOJ, SEL, GOR,</b> ), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <b>MLE,</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> suszone jabłka 20g 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2273.81 kcal; białko og.: 95.64 g; tł.: 98.21 g; węgl.og.: 252.12 g; węgl.przysw.: 219.14 g; kw.tł.nasyc.: 30.18 g; błonnik: 33.02 g; sól: 6.7 g; suma.cuk.prost.: 64.64 g;

<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml ( <b>GLU, MLE,</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), pasztet sojowy 1 szt , miód 25 g , ogórek zielony 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , Makaron razowy z kalafiozem w sosie serowym 300 g ( <b>GLU, JAJ, MLE,</b> ), surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g ( <b>JAJ, SEL, GOR,</b> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ,</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE,</b> ), serek Tartare 3. x 1 szt ( <b>MLE,</b> ), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> suszone jabłka 20g 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2339.54 kcal; białko og.: 56.51 g; tł.: 99.59 g; węgl.og.: 318.82 g; węgl.przysw.: 288.71 g; kw.tł.nasyc.: 27.44 g; błonnik: 30.13 g; sól: 5.27 g; suma.cuk.prost.: 51.84 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
kaszka kukurydziana na mleku 2% 150 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), 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> ), ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <u>MLE,</u> ), wędlina drobiowa 50 g ( <u>SEL,</u> ), ogórek zielony 100 g, banan 180 g,	zupa selerowa z zacierką 315 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), gołąbek po meksykańsku zapiekany 120 g ( <u>JAJ,</u> ), sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), ziemniaki z zieleciną 200 g, surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g ( <u>JAJ, SEL, GOR,</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,
	<b>Podwieczorek:</b> herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> suszone jabłka 20g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2537.96 kcal; białko og.: 81.62 g; tł.: 103.05 g; węgl.og.: 320.88 g; węgl.przysw.: 288.79 g; kw.tł.nasyc.: 28.36 g; błonnik: 32.12 g; sól: 7.29 g; suma.cuk.prost.: 76.32 g;

<b>sobota 2026-04-25</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
kaszka kukurydziana na mleku 2% 150 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g ( <u>GLU, SEZ,</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE,</u> ), ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <u>MLE,</u> ), wędlina drobiowa 50 g ( <u>SEL,</u> ), pomidor parzony 90 g, banan 180 g,	zupa selerowa z zacierką 315 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), klopsik mielony opiekany 100 g ( <u>GLU, JAJ, SEL,</u> ), sos pomidorowy 50 ml ( <u>GLU, MLE, SEL,</u> ), ziemniaki z zieleciną 200 g, cukinia zapiekana 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> ), wędlina z piersi indyka 70 g ( <u>SEL,</u> ), pomidor parzony 90 g,
	<b>Podwieczorek:</b> herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> suszone jabłka 20g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2219.28 kcal; białko og.: 88.54 g; tł.: 75.92 g; węgl.og.: 308.86 g; węgl.przysw.: 280.8 g; kw.tł.nasyc.: 28.11 g; błonnik: 28.09 g; sól: 6.81 g; suma.cuk.prost.: 76.92 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), schab pieczony 70 g ( <b>SEL, GOR</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), pomidorki koktajlowe. 60 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml ( <b>GLU, JAJ</b> ), drumsticks z kurczaka w marynacie z miodu i limonki pieczone 150 g , ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsju z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), ogórek kiszony 100 g ( <b>GOR</b> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> ryż z owocami saszetka 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2256.3 kcal; białko og.: 112.23 g; tł.: 79.79 g; węgl.og.: 286.35 g; węgl.przysw.: 258.69 g; kw.tł.nasyc.: 27.14 g; błonnik: 27.66 g; sól: 6.74 g; suma.cuk.prost.: 62.25 g;

<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), schab pieczony 70 g ( <b>SEL, GOR</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), pomidorki koktajlowe. 60 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml ( <b>GLU, JAJ</b> ), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , sos koperkowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchew junior na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), szpinak baby 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> ryż z owocami saszetka 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2256.15 kcal; białko og.: 108.34 g; tł.: 78.7 g; węgl.og.: 291.2 g; węgl.przysw.: 266.93 g; kw.tł.nasyc.: 27.69 g; błonnik: 24.26 g; sól: 4.44 g; suma.cuk.prost.: 62.07 g;

<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), schab pieczony 70 g ( <b>SEL, GOR</b> ), pomidorki koktajlowe. 60 g , gruszka 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml ( <b>GLU, JAJ</b> ), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , sos koperkowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsju z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), ogórek kiszony 100 g ( <b>GOR</b> ),
	<b>Podwieczorek:</b> kefir 1,5% 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> ryż z owocami saszetka 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2205.54 kcal; białko og.: 112.97 g; tł.: 84.24 g; węgl.og.: 266.32 g; węgl.przysw.: 216.93 g; kw.tł.nasyc.: 28.1 g; błonnik: 30.17 g; sól: 6.16 g; suma.cuk.prost.: 64.02 g;

<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek topiony 50 g ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), pomidorki koktajlowe. 60 g , gruszka 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlety jajeczne z zielonym groszkiem 2 szt ( <b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsju z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Kanapkowy mini 2. x 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), ogórek kiszony 100 g ( <b>GOR</b> ),
		<b>Posiłek nocny:</b> ryż z owocami saszetka 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2355.87 kcal; białko og.: 81.46 g; tł.: 89.75 g; węgl.og.: 324.84 g; węgl.przysw.: 273.6 g; kw.tł.nasyc.: 41.91 g; błonnik: 32.04 g; sól: 8.08 g; suma.cuk.prost.: 80.45 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), schab pieczony 70 g ( <b>SEL, GOR</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), pomidorki koktajlowe. 60 g, gruszka 150 g,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml ( <b>GLU, JAJ</b> ), drumsticks z kurczaka w marynacie z miodu i limonki pieczone 150 g, ziemniaki z zielenią 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 ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), ogórek kiszony 100 g ( <b>GOR</b> ),
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy saszetka 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> ryż z owocami saszetka 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2374.23 kcal; białko og.: 112.54 g; tł.: 79.2 g; węgl.og.: 318.38 g; węgl.przysw.: 271.67 g; kw.tł.nasyc.: 26.93 g; błonnik: 27.5 g; sól: 7.43 g; suma.cuk.prost.: 78.31 g;

<b>niedziela 2026-04-26</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml ( <b>GLU, MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), schab pieczony 70 g ( <b>SEL, GOR</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), pomidor parzony 90 g, jabłko parzone 150 g,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml ( <b>GLU, JAJ</b> ), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g, sos koperkowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zielenią 200 g, marchew junior na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Kanapkowy mini 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), pomidor parzony 90 g,
	<b>Podwieczorek:</b> Jogurt owocowy saszetka 1 szt ( <b>MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> ryż z owocami saszetka 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2309.15 kcal; białko og.: 107.88 g; tł.: 78.64 g; węgl.og.: 308.44 g; węgl.przysw.: 279.07 g; kw.tł.nasyc.: 27.55 g; błonnik: 27.48 g; sól: 5.02 g; suma.cuk.prost.: 81.5 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
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> ), Szynka gotowana 70 g ( <u>SEL, GOR</u> ), miód 25 g, pomidor 100 g,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), potrawka z indyka po chińsku duszona 180 g ( <u>GLU, SKR, SOJ, LUB, GRZ</u> ), ryż brązowy na sypko 200 g, surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g ( <u>SEL, GOR, SEZ</u> ), 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> ), pasta z tuńczyka 90g 1 szt, Krakowska parzona drobiowa 50 g, ogórek zielony 100 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2391.5 kcal; białko og.: 111.54 g; tł.: 84.09 g; węgl.og.: 313.37 g; węgl.przysw.: 280.78 g; kw.tł.nasyc.: 24.43 g; błonnik: 31.82 g; sól: 6.71 g; suma.cuk.prost.: 60.12 g;

<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
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> ), Szynka gotowana 70 g ( <u>SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, miód 25 g,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), potrawka z piersi indyka gotowana w jarzynach 180 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ryż biały na sypko 200 g, cukinia zapiekana 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 2 plastry 37.50 g ( <u>MLE</u> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, roszponka 10 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2267.5 kcal; białko og.: 101.01 g; tł.: 71.19 g; węgl.og.: 315.22 g; węgl.przysw.: 292.97 g; kw.tł.nasyc.: 23.68 g; błonnik: 22.25 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 56.38 g;

<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
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> ), Szynka gotowana 70 g ( <u>SEL, GOR</u> ), pomidor 100 g, jabłko 150 g,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), potrawka z piersi indyka gotowana w jarzynach 180 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ryż brązowy na sypko 200 g, surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g ( <u>SEL, GOR, SEZ</u> ), 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 2 plastry 37.50 g ( <u>MLE</u> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g, ogórek zielony 100 g,
	<b>Podwieczorek:</b> pomarańcza 1 Por,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2156.76 kcal; białko og.: 98.55 g; tł.: 73.24 g; węgl.og.: 297.68 g; węgl.przysw.: 254.6 g; kw.tł.nasyc.: 23.96 g; błonnik: 40.21 g; sól: 5.43 g; suma.cuk.prost.: 86.36 g;

<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
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> ), pasztet sojowy 1 szt, miód 25 g, pomidor 100 g, jabłko 150 g,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml, szare kłuski 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 z rumiankiem 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek Haga 3. x 1 szt ( <u>MLE</u> ), dżem 25 g ( <u>SO2</u> ), roszponka 10 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2343.97 kcal; białko og.: 73.47 g; tł.: 83.75 g; węgl.og.: 339.37 g; węgl.przysw.: 307.45 g; kw.tł.nasyc.: 21.64 g; błonnik: 27.85 g; sól: 4.67 g; suma.cuk.prost.: 87.75 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
lane kluski na mleku 2% 150 ml ( <u>MLE</u> ), herbata b/c 250 ml , bulka 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 gotowana 70 g ( <u>SEL, GOR</u> ), miód 25 g , pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	barszcz ukraiński (z fasolą Jaś) 315 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), potrawka z indyka po chińsku duszona 180 g ( <u>GLU, SKR, SOJ, LUB, GRZ</u> ), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g ( <u>SEL, GOR, SEZ</u> ), 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> ), pasta z tuńczyka 90g 1 szt , Krakowska parzona drobiowa 50 g , ogórek zielony 100 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2663.21 kcal; białko og.: 115.98 g; tł.: 85.93 g; węgl.og.: 376.72 g; węgl.przysw.: 336.24 g; kw.tł.nasyc.: 26.16 g; błonnik: 36.42 g; sól: 6.8 g; suma.cuk.prost.: 83.98 g;

<b>poniedziałek 2026-04-27</b> <b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
lane kluski na mleku 2% 150 ml ( <u>MLE</u> ), herbata b/c 250 ml , bulka 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 gotowana 70 g ( <u>SEL, GOR</u> ), miód 25 g , pomidor parzony 90 g , mus owocowy kubaś 1 szt ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), potrawka z piersi indyka gotowana w jarzynach 180 g ( <u>GLU, MLE, SEL</u> ), ryż biały na sypko 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), ser Milandia 2 plastry 37.50 g ( <u>MLE</u> ), Krakowska parzona drobiowa 50 g , pomidor parzony 90 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2424.68 kcal; białko og.: 100.56 g; tł.: 73.4 g; węgl.og.: 349.97 g; węgl.przysw.: 326.24 g; kw.tł.nasyc.: 26.16 g; błonnik: 22.53 g; sól: 5.52 g; suma.cuk.prost.: 87.22 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
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> ), jajka gotowane 2 szt ( <u>JAJ</u> ), serek homogenizowany smakowy 1 szt ( <u>MLE</u> ), papryka kolorowa 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), karkówka zawijana z kapustą kiszoną i śliwką duszona 100 g ( <u>GLU, OZI, SEL, GOR, SO2</u> ), sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU, SEL</u> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki w plastrach z sosem winegret 130 g ( <u>GOR</u> ), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), Sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i makaronu z oliwą 150 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), dżem 25 g ( <u>SO2</u> ), roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2574.58 kcal; białko og.: 91.98 g; tł.: 103.08 g; węgl.og.: 337.66 g; węgl.przysw.: 299.52 g; kw.tł.nasyc.: 34.03 g; błonnik: 36.96 g; sól: 6.85 g; suma.cuk.prost.: 67.55 g;

<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.</b>		
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> ), jajka gotowane 2 szt ( <u>JAJ</u> ), serek homogenizowany smakowy 1 szt ( <u>MLE</u> ), Sałata dekoracyjna 12 g , mandarynka 1 szt ,	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 bazyliowy 50 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki gotowane 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> ), Sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i makaronu z oliwą 150 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), dżem 25 g ( <u>SO2</u> ), roszponka 10 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2444.87 kcal; białko og.: 101.06 g; tł.: 92.08 g; węgl.og.: 315.65 g; węgl.przysw.: 288.49 g; kw.tł.nasyc.: 32.35 g; błonnik: 25.98 g; sól: 6.35 g; suma.cuk.prost.: 55.97 g;

<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.</b>		
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> ), jajka gotowane 2 szt ( <u>JAJ</u> ), serek homogenizowany naturalny 1 szt ( <u>MLE</u> ), papryka kolorowa 100 g , mandarynka 1 szt ,	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 bazyliowy 50 ml ( <u>GLU, MLE</u> ), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki w plastrach z sosem winegret 130 g ( <u>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> ), Sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i makaronu z oliwą 150 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), roszponka 10 g , Pomidor 60 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g ,	<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2316.18 kcal; białko og.: 105.04 g; tł.: 92.79 g; węgl.og.: 285.8 g; węgl.przysw.: 229.49 g; kw.tł.nasyc.: 32.69 g; błonnik: 37.13 g; sól: 5.28 g; suma.cuk.prost.: 74.9 g;

<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.</b>		
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 homogenizowany smakowy 1 szt ( <u>MLE</u> ), jajka gotowane 2 szt ( <u>JAJ</u> ), papryka kolorowa 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , placki z cukinii i ziemniaków w sosie jogurtowo-czosnkowym 3 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), sałata lodowa z pomidorami pod winegretem 80 g ( <u>GOR</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> ), sałatka z warzyw i makaronu z oliwą 150 g ( <u>GLU, JAJ, SEL</u> ), dżem 25 g ( <u>SO2</u> ), roszponka 10 g , Pomidor 60 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2363.29 kcal; białko og.: 72.85 g; tł.: 104.91 g; węgl.og.: 298.02 g; węgl.przysw.: 268.53 g; kw.tł.nasyc.: 31.12 g; błonnik: 28.31 g; sól: 6.05 g; suma.cuk.prost.: 65.35 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
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 Hąga 1 szt ( <u>MLE,</u> ), papryka kolorowa 100 g , banan 200 g ,	zupa z fasoli białej Jaś z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU,</u> ), karkówka zawijana z kapustą kiszoną i śliwką duszona 100 g ( <u>GLU, OZI, SEL, GOR, SO2,</u> ), sos pieczeniowy 50 ml ( <u>GLU, SEL,</u> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , buraczki w plastrach z sosem winegret 130 g ( <u>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> ), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g ( <u>SEL,</u> ), dżem 25 g ( <u>SO2,</u> ), roszponka 10 g , Pomidor 60 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por ( <u>GLU, JAJ,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2389.45 kcal; białko og.: 91.71 g; tł.: 88.79 g; węgl.og.: 324.41 g; węgl.przysw.: 268.56 g; kw.tł.nasyc.: 32.45 g; błonnik: 37.86 g; sól: 5.23 g; suma.cuk.prost.: 83.03 g;

<b>wtorek 2026-04-28</b> <b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
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 Hąga 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 bazyliowy 50 ml ( <u>GLU, MLE,</u> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , buraczki gotowane 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 ,
	<b>Podwieczorek:</b> biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por ( <u>GLU, JAJ,</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> pasztecik z warzywami 30 g ( <u>GLU, JAJ, MLE, SEZ,</u> ),

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2282.36 kcal; białko og.: 98.94 g; tł.: 79.83 g; węgl.og.: 303.61 g; węgl.przysw.: 262.44 g; kw.tł.nasyc.: 31.85 g; błonnik: 23.18 g; sól: 4.95 g; suma.cuk.prost.: 76.19 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-29</b> <b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
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> ), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g ( <u>SOJ, SEL, GOR</u> ), ketchup saszetka 1 szt , mix салат z oliwą i ziołami 70 g , owsianka z owocami 100 g ( <u>GLU</u> ),	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), bigos na wędzonce z kapusty mieszanej 250 g ( <u>SEL, GOR, SO2</u> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), chleb razowy 35 g ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek Haga 1 szt ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Salata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2053.07 kcal; bialko og.: 73.48 g; tł.: 75.68 g; węgl.og.: 269.87 g; węgl.przysw.: 236.96 g; kw.tl.nasyc.: 21.1 g; błonnik: 32.27 g; sól: 7.68 g; suma.cuk.prost.: 40.65 g;

środa 2026-04-29	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> ), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g ( <u>SOJ, SEL, GOR</u> ), mix салат z oliwą i ziołami 70 g , owsianka z owocami 100 g ( <u>GLU</u> ),	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek Haga 1 szt ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Salata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2134.42 kcal; bialko og.: 74.01 g; tł.: 85.96 g; węgl.og.: 261.86 g; węgl.przysw.: 238.72 g; kw.tl.nasyc.: 22.25 g; błonnik: 22.49 g; sól: 6.08 g; suma.cuk.prost.: 44.43 g;

środa 2026-04-29	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> ), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g ( <u>SOJ, SEL, GOR</u> ), mix салат z oliwą i ziołami 70 g , owsianka z owocami 100 g ( <u>GLU</u> ), jabłko 150 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml ( <u>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), filet z kurczaka pieczony z natką 100 g , sos warzywny przecierany b/ml b/glut 1 Por ( <u>SEL</u> ), ziemniaki z zieleciną 200 g , surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g ( <u>JAJ, GOR</u> ), kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g ( <u>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek Haga 1 szt ( <u>MLE</u> ), Polędwica sopocka 70 g ( <u>SOJ, MLE, SEL, GOR</u> ), Salata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
	<b>Podwieczorek:</b> kefir 1 szt ( <u>MLE</u> ),	<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2154.57 kcal; bialko og.: 101.15 g; tł.: 82.1 g; węgl.og.: 257.18 g; węgl.przysw.: 219.22 g; kw.tl.nasyc.: 21.41 g; błonnik: 35.24 g; sól: 6.02 g; suma.cuk.prost.: 51.21 g;

środa 2026-04-29	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> ), dżem 25 g ( <u>SO2</u> ), mix салат z oliwą i ziołami 70 g , owsianka z owocami 100 g ( <u>GLU</u> ),	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt ( <u>GLU, JAJ, MLE</u> ), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 200 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g ( <u>GLU, SEZ</u> ), masło 15g 82% 1 szt ( <u>MLE</u> ), serek Tartare 1 szt ( <u>MLE</u> ), pasztet sojowy 1 szt , Salata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
		<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt ,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2183.86 kcal; bialko og.: 59.1 g; tł.: 104.57 g; węgl.og.: 262.97 g; węgl.przysw.: 240.07 g; kw.tl.nasyc.: 28.93 g; błonnik: 22.91 g; sól: 5.37 g; suma.cuk.prost.: 52.46 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>środa 2026-04-29</b> <b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (<b>GLU, MLE</b>), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU</b>), chleb razowy 35 g (<b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (<b>SOJ, SEL, GOR</b>), ketchup saszetka 1 szt, mix салат z oliwą i ziołami 70 g, jabłko 150 g,</p>	<p>zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 315 ml (<b>GLU, MLE</b>), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (<b>GLU, JAJ, MLE</b>), dynia na parze 130 g, kompot z owocami 200 ml,</p>	<p>herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g (<b>GLU, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), serek Haga 1 szt (<b>MLE</b>), Połędwica sopocka 70 g (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), Sałata dekoracyjna 12 g, Pomidor 60 g,</p>
	<b>Podwieczorek:</b> galaretką owocową 175g 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2280.07 kcal; białko og.: 78.76 g; tł.: 88.03 g; węgl.og.: 291.19 g; węgl.przysw.: 265.6 g; kw.tł.nasyc.: 24.48 g; błonnik: 22.84 g; sól: 5.67 g; suma.cuk.prost.: 93.5 g;

<b>środa 2026-04-29</b> <b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
<p>manna na mleku 2%tł. 150 ml (<b>GLU, MLE</b>), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt (<b>GLU</b>), chleb pszenno-żytni 70 g (<b>GLU, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), wędlina z piersi indyka 70 g (<b>SEL</b>), dżem 25 g (<b>SOJ</b>), pomidor parzony 90 g, Mus owocowy K100g 1 szt,</p>	<p>zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (<b>GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (<b>GLU, JAJ, MLE</b>), dynia na parze 130 g, kompot z owocami 200 ml,</p>	<p>herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g (<b>GLU, SEZ</b>), masło 15g 82% 1 szt (<b>MLE</b>), serek Haga 1 szt (<b>MLE</b>), Połędwica sopocka 70 g (<b>SOJ, MLE, SEL, GOR</b>), pomidor parzony 90 g,</p>
	<b>Podwieczorek:</b> galaretką owocową 175g 1 szt,	<b>Posiłek nocny:</b> koktajl owocowy 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2206.82 kcal; białko og.: 86.49 g; tł.: 72.5 g; węgl.og.: 313.83 g; węgl.przysw.: 290.22 g; kw.tł.nasyc.: 25.03 g; błonnik: 22.97 g; sól: 5.77 g; suma.cuk.prost.: 108.85 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.</b>		
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), twarożek półtusty z jogurtem 3%tł 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewki 70 g, mandarynka 1 szt,	zupa krem z dyni z lanymi kluseczkami 300 ml ( <b>MLE</b> ), żeberka pieczone w marynacie barbecue 100 g, ziemniaki z zieloną 200 g, mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 70 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Sałata dekoracyjna 12 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 110g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2505.3 kcal; białko og.: 91.05 g; tł.: 105.49 g; węgl.og.: 316.14 g; węgl.przysw.: 284.09 g; kw.tł.nasyc.: 40.74 g; błonnik: 31.81 g; sól: 6.51 g; suma.cuk.prost.: 94.68 g;

czwartek 2026-04-30	Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.	
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), twarożek półtusty z jogurtem 3%tł 100 g ( <b>MLE</b> ), roszonka 10 g, mandarynka 1 szt,	zupa krem z dyni z lanymi kluseczkami 300 ml ( <b>MLE</b> ), pieczeń wieprzowa mielona z warzywami 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), sos jarzynowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieloną 200 g, brokuły na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Sałata dekoracyjna 12 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 110g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2420.25 kcal; białko og.: 89.87 g; tł.: 91.25 g; węgl.og.: 325.11 g; węgl.przysw.: 296.35 g; kw.tł.nasyc.: 33.08 g; błonnik: 28.52 g; sól: 4.43 g; suma.cuk.prost.: 91.35 g;

czwartek 2026-04-30	Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.	
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), chleb razowy 90. x 0 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), twarożek półtusty z jogurtem 3%tł 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewki 70 g, mandarynka 1 szt,	zupa krem z dyni z lanymi kluseczkami 300 ml ( <b>MLE</b> ), pieczeń wieprzowa mielona z warzywami 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), sos jarzynowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieloną 200 g, mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb razowy 90 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Sałata dekoracyjna 12 g,
	<b>Podwieczorek:</b> gruszka 150 g,	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 110g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2245.83 kcal; białko og.: 85.24 g; tł.: 89.24 g; węgl.og.: 297.1 g; węgl.przysw.: 242.42 g; kw.tł.nasyc.: 34.11 g; błonnik: 35.22 g; sól: 4.28 g; suma.cuk.prost.: 96.44 g;

czwartek 2026-04-30	Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.	
kakao 250 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE</b> ), bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), twarożek półtusty z jogurtem 3%tł 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewki 70 g, mandarynka 1 szt,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml, kroiety zapiekane z kapustą i pieczarkami 2 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ</b> ), mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 140 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Sałatka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), miód 25 g, Sałata dekoracyjna 12 g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 110g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2342.8 kcal; białko og.: 75.62 g; tł.: 70.16 g; węgl.og.: 369.76 g; węgl.przysw.: 337.86 g; kw.tł.nasyc.: 27.79 g; błonnik: 31.66 g; sól: 4.89 g; suma.cuk.prost.: 93.26 g;

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały dziecięce		
Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.</b>		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml ( <b>MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), twarógzek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g ( <b>MLE</b> ), rzodkiewki 70 g, mandarynka 1 szt,	zupa żurek na wędzonce 315 ml ( <b>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2</b> ), żeberka pieczone w marynacie barbecue 100 g, ziemniaki z zieloną 200 g, mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g ( <b>MLE</b> ), kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 70 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), chleb razowy 35 g ( <b>GLU, SOJ, ORZ, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), Salátka warzywna 150 g ( <b>JAJ, SEL</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), Salátka dekoracyjna 12 g,
	<b>Podwieczorek:</b> drożdżówka z kruszonką mała 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 110g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2705.48 kcal; białko og.: 95.24 g; tł.: 110.97 g; węgl.og.: 348.02 g; węgl.przysw.: 318.96 g; kw.tł.nasyc.: 42.3 g; błonnik: 28.83 g; sól: 6.02 g; suma.cuk.prost.: 91.09 g;

<b>czwartek 2026-04-30</b>		
<b>Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.</b>		
ryż na mleku 2%tł. 150 ml ( <b>MLE</b> ), herbata b/c 250 ml, bułka kajzerka 50g 1 szt ( <b>GLU</b> ), chleb pszenno-żytni 35 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), dżem 25 g ( <b>SO2</b> ), twarógzek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g ( <b>MLE</b> ), pomidor parzony 90 g, jabłko parzone 150 g,	zupa krem z dyni z lanymi kluseczkami 300 ml ( <b>MLE</b> ), pieczeń wieprzowa mielona z warzywami 100 g ( <b>GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL</b> ), sos jarzynowy 50 ml ( <b>GLU, MLE, SEL</b> ), ziemniaki z zieloną 200 g, brokuły na parze 130 g, kompot z owocami 250 ml,	herbata b/c 250 ml, chleb pszenno-żytni 105 g ( <b>GLU, SEZ</b> ), masło 15g 82% 1 szt ( <b>MLE</b> ), serek Tartare 2. x 1 szt ( <b>MLE</b> ), jajko gotowane 1 szt ( <b>JAJ</b> ), pomidor parzony 90 g,
	<b>Podwieczorek:</b> drożdżówka z kruszonką mała 1 szt ( <b>GLU, JAJ, MLE</b> ),	<b>Posiłek nocny:</b> mus warzywno-owocowy 110g 1 szt,

**Wartości odżywcze:** wartość.energet.: 2478.64 kcal; białko og.: 93.71 g; tł.: 87.93 g; węgl.og.: 344.27 g; węgl.przysw.: 315.17 g; kw.tł.nasyc.: 34.18 g; błonnik: 27.21 g; sól: 3.57 g; suma.cuk.prost.: 91.96 g;