Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , połówka banana 1 Por ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), kotlet po iławsku panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka meksykańska z 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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), ogórek kiszony 100 g (***GOR,***),
		Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2419.78 kcal; białko og.: 112.82 g; tł.: 92.69 g; węgl.og.: 302.3 g; węgl.przysw.: 274.82 g; kw.tł.nasyc.: 36.68 g; błonnik: 27.49 g; sól: 8.08 g; suma.cuk.prost.: 91.86 g;

wtorek 2026-07-21	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , połówka banana 1 Por ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), filet z kurczaka zawijany pieczony z suszonymi pomidorami i mascarpone 100 g (***MLE,***), sos potrawkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , dżem 25 g (***SO2,***), mix sałat 20 g ,
		Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2299.06 kcal; białko og.: 109.64 g; tł.: 73.96 g; węgl.og.: 310.27 g; węgl.przysw.: 288.33 g; kw.tł.nasyc.: 30.54 g; błonnik: 21.96 g; sól: 5.49 g; suma.cuk.prost.: 93.3 g;

wtorek 2026-07-21	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , kiwi 1 szt ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), filet z kurczaka zawijany pieczony z suszonymi pomidorami i mascarpone 100 g (***MLE,***), sos potrawkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka meksykańska z 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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***),
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2177.35 kcal; białko og.: 113.18 g; tł.: 79.02 g; węgl.og.: 269.62 g; węgl.przysw.: 238.73 g; kw.tł.nasyc.: 30.51 g; błonnik: 30.89 g; sól: 7.73 g; suma.cuk.prost.: 78.37 g;

wtorek 2026-07-21	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g (***MLE,***), miód 25 g , Sałata dekoracyjna 12 g , połówka banana 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , makaron razowy z fasolką szparagową i parmezanem w sosie serowym 300 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka meksykańska z 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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), ogórek kiszony 100 g (***GOR,***),
		Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2487.57 kcal; białko og.: 88.41 g; tł.: 82.32 g; węgl.og.: 365.32 g; węgl.przysw.: 340.36 g; kw.tł.nasyc.: 38.69 g; błonnik: 24.94 g; sól: 6.99 g; suma.cuk.prost.: 95.32 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-07-22	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ketchup saszetka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), makaron razowy z tuńczykiem zapiekany w sosie serowym 300 g (***GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIĘ,***), mix sałat z pomidorkami koktajlowymi i cebulką pod winegretem 100 g , 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,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g , dżem 25 g (***SO2,***),
		Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (***GLU,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2353.03 kcal; białko og.: 90.05 g; tł.: 94.99 g; węgl.og.: 281.78 g; węgl.przysw.: 257.77 g; kw.tł.nasyc.: 34.22 g; błonnik: 24.01 g; sól: 6.21 g; suma.cuk.prost.: 54.71 g;

środa 2026-07-22	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), risotto z białego ryżu z piersią indyka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g (***GLU, MLE, SEL,***), marchew junior na parze 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,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , dżem 25 g (***SO2,***),
		Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (***GLU,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2365.29 kcal; białko og.: 92.36 g; tł.: 86.45 g; węgl.og.: 302.76 g; węgl.przysw.: 276.5 g; kw.tł.nasyc.: 29.15 g; błonnik: 26.27 g; sól: 5.54 g; suma.cuk.prost.: 55.14 g;

środa 2026-07-22	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g , jabłko 150 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), makaron razowy z tuńczykiem zapiekany w sosie serowym 300 g (***GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIĘ,***), mix sałat z pomidorkami koktajlowymi i cebulką pod winegretem 100 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g , roszponka 10 g ,
	Podwieczorek: serek homogenizowany naturalny 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** jaglanka saszetka 1 szt (***GLU,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2424.48 kcal; białko og.: 104.09 g; tł.: 99.53 g; węgl.og.: 279.94 g; węgl.przysw.: 248.75 g; kw.tł.nasyc.: 36.52 g; błonnik: 29.1 g; sól: 6.09 g; suma.cuk.prost.: 69.85 g;

środa 2026-07-22	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
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,***), serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), miód 25 g , sałata lodowa z ziołami 70 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , placki z cukinii i ziemniaków w sosie jogurtowo-czosnkowym 3 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), mix sałat z pomidorkami koktajlowymi i cebulką pod winegretem 100 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g , dżem 25 g (***SO2,***),
		Posiłek nocny: jaglanka saszetka 1 szt (***GLU,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2344.56 kcal; białko og.: 79.08 g; tł.: 95.91 g; węgl.og.: 309.3 g; węgl.przysw.: 281.48 g; kw.tł.nasyc.: 35 g; błonnik: 25.73 g; sól: 4.29 g; suma.cuk.prost.: 80.58 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-07-23	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , skyr naturalny 150ml 1 szt , nektarynka 1 Por ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2209.56 kcal; białko og.: 107.41 g; tł.: 81.89 g; węgl.og.: 276.13 g; węgl.przysw.: 232.71 g; kw.tł.nasyc.: 28.51 g; błonnik: 27.7 g; sól: 6.29 g; suma.cuk.prost.: 45.19 g;

czwartek 2026-07-23	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , skyr naturalny 150ml 1 szt , nektarynka 1 Por ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki tarte 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2307.25 kcal; białko og.: 113.88 g; tł.: 78.7 g; węgl.og.: 299.58 g; węgl.przysw.: 257.06 g; kw.tł.nasyc.: 27.45 g; błonnik: 26.8 g; sól: 6.24 g; suma.cuk.prost.: 50.81 g;

czwartek 2026-07-23	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , skyr naturalny 150ml 1 szt , nektarynka 1 Por ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), 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,***), 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.: 2163.16 kcal; białko og.: 109.81 g; tł.: 80.44 g; węgl.og.: 269.83 g; węgl.przysw.: 219.44 g; kw.tł.nasyc.: 28.83 g; błonnik: 32.57 g; sól: 5.99 g; suma.cuk.prost.: 57.34 g;

czwartek 2026-07-23	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), miód 25 g , Sałata dekoracyjna 12 g , skyr naturalny 150ml 1 szt , nektarynka 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z warzywami i groszkiem zapiekane w sosie serowym 250 g (***GLU, JAJ, MLE,***), mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), dżem 25 g (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2348.72 kcal; białko og.: 83.15 g; tł.: 78.85 g; węgl.og.: 342.14 g; węgl.przysw.: 297.14 g; kw.tł.nasyc.: 32.4 g; błonnik: 29.25 g; sól: 4.75 g; suma.cuk.prost.: 62.17 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-07-24	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
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,***), pierś z kurczaka 3 plastry 70 g (***SEL,***), ser Milandia 2 plastry 37.50 g (***MLE,***), roszponka 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,	barszcz czerwony z makaronem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), dorsz panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, RYB, MLE, ORZ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałatka z ogórka kiszonego z olejem 130 g (***GOR,***), 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,***), dżem 25 g (***SO2,***), pasztet sojowy 1 szt , papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2232.45 kcal; białko og.: 89.66 g; tł.: 97.87 g; węgl.og.: 259.81 g; węgl.przysw.: 234.78 g; kw.tł.nasyc.: 25.51 g; błonnik: 25.2 g; sól: 8.67 g; suma.cuk.prost.: 47.1 g;

piątek 2026-07-24	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
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,***), pierś z kurczaka 3 plastry 70 g (***SEL,***), ser Milandia 2 plastry 37.50 g (***MLE,***), roszponka 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g ,	barszcz czerwony z makaronem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), filet z dorsza gotowany z koperkiem 100 g (***RYB,***), sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 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,***), dżem 25 g (***SO2,***), serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2029.42 kcal; białko og.: 93.37 g; tł.: 72.34 g; węgl.og.: 261.38 g; węgl.przysw.: 240.73 g; kw.tł.nasyc.: 31.92 g; błonnik: 20.82 g; sól: 5.91 g; suma.cuk.prost.: 52.24 g;

piątek 2026-07-24	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
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,***), pierś z kurczaka 3 plastry 70 g (***SEL,***), ser Milandia 2 plastry 37.50 g (***MLE,***), roszponka 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , kiwi 1 szt ,	barszcz czerwony z makaronem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), filet z dorsza gotowany z koperkiem 100 g (***RYB,***), sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałatka z ogórka kiszonego z olejem 130 g (***GOR,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1951.22 kcal; białko og.: 95.15 g; tł.: 76.57 g; węgl.og.: 234.67 g; węgl.przysw.: 206.27 g; kw.tł.nasyc.: 32.14 g; błonnik: 28.57 g; sól: 8 g; suma.cuk.prost.: 53.02 g;

piątek 2026-07-24	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
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,***), serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), miód 25 g , roszponka 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , kiwi 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , szare kluski z twarogiem i cebulką 220 g (***GLU, JAJ, MLE,***), kapusta na krótko 100 g (***GLU,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasztet sojowy 1 szt , dżem 25 g (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2199.93 kcal; białko og.: 68.87 g; tł.: 80.98 g; węgl.og.: 312.39 g; węgl.przysw.: 286.06 g; kw.tł.nasyc.: 28.63 g; błonnik: 26.35 g; sól: 4.67 g; suma.cuk.prost.: 60.17 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-07-25	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenno-żytni 50 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), szpinak baby 10 g ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (***GLU, MLE,***), stek mielony pieczony z duszoną cebulką 100 g , ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z młodej kapusty z majonezem i słonecznikiem 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: owsianka z owocami 100 g (***MLE,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1996.32 kcal; białko og.: 86.99 g; tł.: 78.22 g; węgl.og.: 249.79 g; węgl.przysw.: 222.69 g; kw.tł.nasyc.: 26.88 g; błonnik: 27.14 g; sól: 3.99 g; suma.cuk.prost.: 39.31 g;

sobota 2026-07-25	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenno-żytni 50 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), szpinak baby 10 g ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń mielona wieprzowa z warzywami 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: owsianka z owocami 100 g (***MLE,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2109.41 kcal; białko og.: 96.09 g; tł.: 76.13 g; węgl.og.: 273.72 g; węgl.przysw.: 246.09 g; kw.tł.nasyc.: 28.56 g; błonnik: 27.65 g; sól: 4.4 g; suma.cuk.prost.: 39.55 g;

sobota 2026-07-25	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), szpinak baby 10 g , jabłko 150 g ,	zupa koperkowa z zacierką 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń mielona wieprzowa z warzywami 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z młodej kapusty z majonezem i słonecznikiem 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
	Podwieczorek: serek homogenizowany naturalny 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** owsianka z owocami 100 g (***MLE,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2204.01 kcal; białko og.: 109.27 g; tł.: 85.57 g; węgl.og.: 268.01 g; węgl.przysw.: 232.56 g; kw.tł.nasyc.: 31.27 g; błonnik: 33.38 g; sól: 4.34 g; suma.cuk.prost.: 66.38 g;

sobota 2026-07-25	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb pszenno-żytni 50 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), serek topiony 50 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , jabłko 150 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 młodej kapusty z majonezem i słonecznikiem 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 tartare. 3 szt (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: owsianka z owocami 100 g (***MLE,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2406.92 kcal; białko og.: 68.58 g; tł.: 95.62 g; węgl.og.: 336.39 g; węgl.przysw.: 301.78 g; kw.tł.nasyc.: 41.24 g; błonnik: 32.53 g; sól: 4.36 g; suma.cuk.prost.: 66.83 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 50 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), rukola 10 g , pomarańcza 1 Por ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (***SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ketchup saszetka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2301.21 kcal; białko og.: 95.28 g; tł.: 95.54 g; węgl.og.: 262.49 g; węgl.przysw.: 238.76 g; kw.tł.nasyc.: 30.08 g; błonnik: 23.73 g; sól: 6.65 g; suma.cuk.prost.: 73.54 g;

niedziela 2026-07-26	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 50 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), rukola 10 g , pomarańcza 1 Por ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (***SEL, GOR,***), sos jarzynowy przecierany 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchewka gotowana 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2459.02 kcal; białko og.: 96.33 g; tł.: 100.56 g; węgl.og.: 289.33 g; węgl.przysw.: 263.79 g; kw.tł.nasyc.: 30.93 g; błonnik: 25.55 g; sól: 6.85 g; suma.cuk.prost.: 75.97 g;

niedziela 2026-07-26	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), rukola 10 g , pomarańcza 1 Por ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g (***SEL, GOR,***), sos jarzynowy przecierany 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 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 ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2337.79 kcal; białko og.: 101.19 g; tł.: 100.5 g; węgl.og.: 256.41 g; węgl.przysw.: 229.67 g; kw.tł.nasyc.: 32.06 g; błonnik: 26.74 g; sól: 6.6 g; suma.cuk.prost.: 74.86 g;

niedziela 2026-07-26	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 50 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), rukola 10 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , krokiety ziemniaczane z fetą i suszonymi pomidorami 250 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek z jogurtem. 100 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2339.91 kcal; białko og.: 81.27 g; tł.: 75.85 g; węgl.og.: 346.39 g; węgl.przysw.: 322.38 g; kw.tł.nasyc.: 31.81 g; błonnik: 24.01 g; sól: 4.47 g; suma.cuk.prost.: 94.15 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-07-27	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (***SEL,***), pomidor 100 g , dżem 25 g (***SO2,***),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z indyka po chińsku duszona 180 g (***GLU, SKR, SOJ, ŁUB, GRZ,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , 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,***), pasta z tuńczyka 90g 1 szt , serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2269.24 kcal; białko og.: 105.08 g; tł.: 82.59 g; węgl.og.: 291.51 g; węgl.przysw.: 244.2 g; kw.tł.nasyc.: 26.19 g; błonnik: 31.81 g; sól: 5.87 g; suma.cuk.prost.: 45.08 g;

poniedziałek 2026-07-27	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (***SEL,***), pomidor 100 g , dżem 25 g (***SO2,***),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz z udźca indyka gotowany w warzywach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż biały na sypko 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,***), polędwica sopocka 50 g (***SOJ, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2223.46 kcal; białko og.: 104.24 g; tł.: 72.18 g; węgl.og.: 299.12 g; węgl.przysw.: 261.57 g; kw.tł.nasyc.: 27.58 g; błonnik: 22.05 g; sól: 5.75 g; suma.cuk.prost.: 42.34 g;

poniedziałek 2026-07-27	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa. 50 g (***SEL,***), pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz z udźca indyka gotowany w warzywach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż brązowy na sypko 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, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), polędwica sopocka 50 g (***SOJ, MLE, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2106.89 kcal; białko og.: 107.51 g; tł.: 70.71 g; węgl.og.: 280.74 g; węgl.przysw.: 224.79 g; kw.tł.nasyc.: 27.3 g; błonnik: 38.34 g; sól: 5.49 g; suma.cuk.prost.: 49.91 g;

poniedziałek 2026-07-27	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 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,***), pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z marchewki i ananasa 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 szt (***MLE,***), miód 25 g , roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2537.01 kcal; białko og.: 116.87 g; tł.: 94.81 g; węgl.og.: 317.39 g; węgl.przysw.: 275.01 g; kw.tł.nasyc.: 49.1 g; błonnik: 24.79 g; sól: 5.33 g; suma.cuk.prost.: 79.46 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-07-28	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe. 60 g , połówka banana 1 Por ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kotlet po szwajcarsku ze schabu pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , ser Milandia 2 plastry 37.50 g (***MLE,***), plastry pieczonych buraczków z sokiem z cytryny, natką i oliwą 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2352.88 kcal; białko og.: 100.99 g; tł.: 92.58 g; węgl.og.: 294.34 g; węgl.przysw.: 265.07 g; kw.tł.nasyc.: 30.92 g; błonnik: 29.26 g; sól: 6.17 g; suma.cuk.prost.: 89.48 g;

wtorek 2026-07-28	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe. 60 g , połówka banana 1 Por ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g , sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , ser Milandia 2 plastry 37.50 g (***MLE,***), plastry pieczonych buraczków z sokiem z cytryny, natką i oliwą 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2371.21 kcal; białko og.: 106.08 g; tł.: 82.58 g; węgl.og.: 314.41 g; węgl.przysw.: 286.5 g; kw.tł.nasyc.: 29.5 g; błonnik: 27.93 g; sól: 5.58 g; suma.cuk.prost.: 88.35 g;

wtorek 2026-07-28	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe. 60 g , kiwi 1 szt ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g , sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , ser Milandia 2 plastry 37.50 g (***MLE,***), plastry pieczonych buraczków z sokiem z cytryny, natką i oliwą 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: jogurt naturalny 2% 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2287.52 kcal; białko og.: 105.89 g; tł.: 92.81 g; węgl.og.: 272.6 g; węgl.przysw.: 240.03 g; kw.tł.nasyc.: 31.01 g; błonnik: 32.58 g; sól: 5.7 g; suma.cuk.prost.: 87.57 g;

wtorek 2026-07-28	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g (***MLE,***), miód 25 g , pomidorki koktajlowe. 60 g , połówka banana 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , papryka faszerowana warzywami, zapiekana z serem 180 g (***JAJ, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasztet sojowy 1 szt , dżem 25 g (***SO2,***), plastry pieczonych buraczków z sokiem z cytryny, natką i oliwą 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus owocowo-warzywny 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2650.9 kcal; białko og.: 85.67 g; tł.: 94.15 g; węgl.og.: 383.17 g; węgl.przysw.: 350.15 g; kw.tł.nasyc.: 31.18 g; błonnik: 33.04 g; sól: 5 g; suma.cuk.prost.: 112.7 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-07-29	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
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,***), ketchup saszetka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g , skyr naturalny 150g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, 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 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2418.81 kcal; białko og.: 94.01 g; tł.: 103.04 g; węgl.og.: 284.3 g; węgl.przysw.: 245.85 g; kw.tł.nasyc.: 28.84 g; błonnik: 38.23 g; sól: 7.17 g; suma.cuk.prost.: 42.75 g;

środa 2026-07-29	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
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 , skyr naturalny 150g 1 szt ,	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 250 ml ,	herbata b/c 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: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2353.37 kcal; białko og.: 81.92 g; tł.: 108.13 g; węgl.og.: 260.15 g; węgl.przysw.: 238.27 g; kw.tł.nasyc.: 28.05 g; błonnik: 21.64 g; sól: 6.11 g; suma.cuk.prost.: 41.63 g;

środa 2026-07-29	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
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,***), sałata lodowa z ziołami 70 g , skyr naturalny 150g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), pulpet z indyka gotowany. 100 g (***JAJ, SEL,***), sos warzywny przecierany b/ml b/glut 1 Por (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	**Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2266.39 kcal; białko og.: 91.69 g; tł.: 102.62 g; węgl.og.: 250.87 g; węgl.przysw.: 211.17 g; kw.tł.nasyc.: 27.18 g; błonnik: 37.37 g; sól: 6.17 g; suma.cuk.prost.: 51.46 g;

środa 2026-07-29	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
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,***), skyr naturalny 150g 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), dynia na parze 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2321.61 kcal; białko og.: 75.77 g; tł.: 106.09 g; węgl.og.: 281.84 g; węgl.przysw.: 255.03 g; kw.tł.nasyc.: 36.21 g; błonnik: 24.47 g; sól: 5.91 g; suma.cuk.prost.: 63.89 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
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,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), seler naciowy słupki 70 g , ryż z owocami saszetka 1 szt ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), kotlet słoneczny drobiowy smażony 120 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), 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,***), sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i kaszy bulgur z oliwą 150 g (***GLU, JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: suszone jabłka 20g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2327.9 kcal; białko og.: 98.81 g; tł.: 92.56 g; węgl.og.: 290.37 g; węgl.przysw.: 262.4 g; kw.tł.nasyc.: 27.55 g; błonnik: 27.3 g; sól: 5 g; suma.cuk.prost.: 57.79 g;

czwartek 2026-07-30	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), pomidor 100 g , ryż z owocami saszetka 1 szt ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), roladka drobiowa z suszonymi pomidorami gotowana 100 g , sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 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,***), sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i kaszy bulgur z oliwą 150 g (***GLU, JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: suszone jabłka 20g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2389.9 kcal; białko og.: 103.32 g; tł.: 87.36 g; węgl.og.: 312.51 g; węgl.przysw.: 283.34 g; kw.tł.nasyc.: 25.36 g; błonnik: 28.52 g; sól: 4.93 g; suma.cuk.prost.: 62.3 g;

czwartek 2026-07-30	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), seler naciowy słupki 70 g , Rzodkiewka 40 g , ryż z owocami saszetka 1 szt ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), roladka drobiowa z suszonymi pomidorami gotowana 100 g , sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i kaszy bulgur z oliwą 150 g (***GLU, JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: kiwi 1 szt ,	**Posiłek nocny:** suszone jabłka 20g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2161.46 kcal; białko og.: 97.49 g; tł.: 85.25 g; węgl.og.: 269.42 g; węgl.przysw.: 235.77 g; kw.tł.nasyc.: 26.39 g; błonnik: 32.99 g; sól: 4.77 g; suma.cuk.prost.: 60.17 g;

czwartek 2026-07-30	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), seler naciowy słupki 70 g , ryż z owocami saszetka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlety z fasoli, warzyw i sera pieczone 2 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g (***MLE,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), sałatka z warzyw i kaszy bulgur z oliwą 150 g (***GLU, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: suszone jabłka 20g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2097.48 kcal; białko og.: 68.05 g; tł.: 71.8 g; węgl.og.: 313.06 g; węgl.przysw.: 281.46 g; kw.tł.nasyc.: 27.67 g; błonnik: 30.95 g; sól: 4.41 g; suma.cuk.prost.: 64.36 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-07-31	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
jogurt owocowy 2% 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), miód 25 g , papryka kolorowa 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g (***RYB,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z młodej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2275.23 kcal; białko og.: 88.26 g; tł.: 92.87 g; węgl.og.: 289.25 g; węgl.przysw.: 263.03 g; kw.tł.nasyc.: 34.11 g; błonnik: 28.04 g; sól: 5.88 g; suma.cuk.prost.: 63.87 g;

piątek 2026-07-31	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
jogurt owocowy 2% 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser Milandia 4 plastry 75 g (***MLE,***), miód 25 g , pomidor 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g (***RYB,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), 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 (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2231.15 kcal; białko og.: 75.59 g; tł.: 83.75 g; węgl.og.: 302.72 g; węgl.przysw.: 281.25 g; kw.tł.nasyc.: 23.2 g; błonnik: 23.28 g; sól: 4.88 g; suma.cuk.prost.: 61.32 g;

piątek 2026-07-31	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
jogurt naturalny 2% 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90. x 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser Milandia 4 plastry 75 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g , nektarynka 1 Por ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g (***RYB,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z młodej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
	Podwieczorek: pomarańcza 1 Por ,	**Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2115.74 kcal; białko og.: 76.07 g; tł.: 88.45 g; węgl.og.: 268.82 g; węgl.przysw.: 233.41 g; kw.tł.nasyc.: 23.84 g; błonnik: 35.43 g; sól: 4.66 g; suma.cuk.prost.: 85.4 g;

piątek 2026-07-31	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
jogurt owocowy 2% 1 szt (***MLE,***), herbata z rumiankiem 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), miód 25 g , papryka kolorowa 100 g , nektarynka 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , knedle na słodko z truskawkami 250 g , surówka z marchewki i ananasa 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek topiony 50 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywno-owocowy 110g 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2565.81 kcal; białko og.: 69.86 g; tł.: 81.51 g; węgl.og.: 406.7 g; węgl.przysw.: 378.65 g; kw.tł.nasyc.: 39.28 g; błonnik: 29.86 g; sól: 5.62 g; suma.cuk.prost.: 89.85 g;

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