Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-10-21	**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 drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ketchup saszetka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g , jogurt owocowy 2% 1 szt (***MLE,***),	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), bigos na wędzonce z kapusty mieszanej 250 g (***SEL, GOR, SO2,***), ziemniaki z zieleniną 200 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 , mozzarella 30 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2066.3 kcal; białko og.: 66.24 g; tł.: 82.67 g; węgl.og.: 262.75 g; węgl.przysw.: 236.03 g; kw.tł.nasyc.: 25.58 g; błonnik: 28.54 g; sól: 7.41 g; suma.cuk.prost.: 54.79 g;

środa 2026-10-21	**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 drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g , jogurt owocowy 2% 1 szt (***MLE,***),	zupa jarzynowa 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,***), Krakowska parzona drobiowa 50 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2214.34 kcal; białko og.: 68.32 g; tł.: 93.05 g; węgl.og.: 270.03 g; węgl.przysw.: 252.55 g; kw.tł.nasyc.: 26.68 g; błonnik: 19.28 g; sól: 6.13 g; suma.cuk.prost.: 57.23 g;

środa 2026-10-21	**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 drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g , jogurt naturalny 2% 1 szt (***MLE,***),	zupa jarzynowa 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 selera i jabłka z jogurtem i olejem 130 g (***MLE, SEL,***), 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 , mozzarella 30 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g ,
	Podwieczorek: gruszka 140 g ,	**Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2122.44 kcal; białko og.: 79.88 g; tł.: 84.06 g; węgl.og.: 267.56 g; węgl.przysw.: 202.11 g; kw.tł.nasyc.: 26.19 g; błonnik: 36.55 g; sól: 6.12 g; suma.cuk.prost.: 74.22 g;

środa 2026-10-21	**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,***), pasztet sojowy 1 szt , dżem 25 g (***SO2,***), sałata lodowa z ziołami 70 g , jogurt owocowy 2% 1 szt (***MLE,***),	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), dynia na parze 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), mozzarella 30 g (***MLE,***), serek topiony 50 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2289.76 kcal; białko og.: 63.06 g; tł.: 109.31 g; węgl.og.: 273.3 g; węgl.przysw.: 255.09 g; kw.tł.nasyc.: 32.89 g; błonnik: 20.03 g; sól: 5.9 g; suma.cuk.prost.: 69.66 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 2026-10-22 **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,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet devolay z porem i serkiem mascarpone 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2129.69 kcal; białko og.: 107.66 g; tł.: 80.28 g; węgl.og.: 261.07 g; węgl.przysw.: 233.23 g; kw.tł.nasyc.: 31.93 g; błonnik: 25.77 g; sól: 5.28 g; suma.cuk.prost.: 54.27 g;

czwartek 2026-10-22 **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,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), filet z kurczaka pieczony z natką 100 g , sos potrawkowy 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2127.07 kcal; białko og.: 107.82 g; tł.: 73.96 g; węgl.og.: 272.58 g; węgl.przysw.: 246.06 g; kw.tł.nasyc.: 32.22 g; błonnik: 24.45 g; sól: 5.22 g; suma.cuk.prost.: 51.62 g;

czwartek 2026-10-22 **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,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), szynka gotowana 50 g (***SEL, GOR,***), Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), filet z kurczaka pieczony z natką 100 g , sos potrawkowy 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1984.56 kcal; białko og.: 108.85 g; tł.: 73.45 g; węgl.og.: 240.47 g; węgl.przysw.: 210.51 g; kw.tł.nasyc.: 33.2 g; błonnik: 27.89 g; sól: 5.04 g; suma.cuk.prost.: 53.9 g;

czwartek 2026-10-22 **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,***), twarożek z jogurtem 2. x 50 g (***MLE,***), miód 25 g , Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	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,***), serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2105.76 kcal; białko og.: 76.74 g; tł.: 61.73 g; węgl.og.: 327.71 g; węgl.przysw.: 297.97 g; kw.tł.nasyc.: 31.21 g; błonnik: 27.65 g; sól: 4.13 g; suma.cuk.prost.: 69.57 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 2026-10-23	**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,***), pierś z kurczaka. 40 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,***), Łosoś pieczony z masłem i ziołami 90 g (***RYB, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą 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,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: suszone jabłka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2109.99 kcal; białko og.: 88.95 g; tł.: 84.21 g; węgl.og.: 263.54 g; węgl.przysw.: 234.25 g; kw.tł.nasyc.: 29.12 g; błonnik: 29.45 g; sól: 5.89 g; suma.cuk.prost.: 61.48 g;

piątek 2026-10-23	**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,***), pierś z kurczaka. 40 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,***), Łosoś pieczony z masłem i ziołami 90 g (***RYB, MLE,***), sos rybny 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,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: suszone jabłka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2217.06 kcal; białko og.: 91.43 g; tł.: 87.75 g; węgl.og.: 276.81 g; węgl.przysw.: 253.6 g; kw.tł.nasyc.: 29.88 g; błonnik: 23.37 g; sól: 5.2 g; suma.cuk.prost.: 58.53 g;

piątek 2026-10-23	**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,***), pierś z kurczaka. 40 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,***), Łosoś pieczony z masłem i ziołami 90 g (***RYB, MLE,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą 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,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: skyr naturalny 150g 1 szt ,	**Posiłek nocny:** suszone jabłka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2010.33 kcal; białko og.: 95.29 g; tł.: 84.27 g; węgl.og.: 235.78 g; węgl.przysw.: 201.82 g; kw.tł.nasyc.: 28.35 g; błonnik: 34.12 g; sól: 5.71 g; suma.cuk.prost.: 53.37 g;

piątek 2026-10-23	**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,***), pasztet sojowy 1 szt , miód 25 g , roszponka 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , kiwi 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , tortellini jarskie lekkostrawne w sosie beszamelowo-szpinakowym 280 g (***GLU, 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,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: suszone jabłka 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2312.6 kcal; białko og.: 81.65 g; tł.: 90.32 g; węgl.og.: 305.26 g; węgl.przysw.: 281.78 g; kw.tł.nasyc.: 31.88 g; błonnik: 23.51 g; sól: 4.02 g; suma.cuk.prost.: 68.1 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 2026-10-24	**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 blok 2 plastry 40 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , jabłko 150 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), gołąbek po meksykańsku zapiekany 120 g (***JAJ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 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,***), miód 25 g , serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2351.53 kcal; białko og.: 91.3 g; tł.: 95.35 g; węgl.og.: 298.42 g; węgl.przysw.: 250.28 g; kw.tł.nasyc.: 32.02 g; błonnik: 30.58 g; sól: 4.26 g; suma.cuk.prost.: 61.97 g;

sobota 2026-10-24	**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 blok 2 plastry 40 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , jabłko 150 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), klopsik mielony opiekany 100 g (***GLU, JAJ, SEL,***), sos pomidorowy 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,***), miód 25 g , serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2340.4 kcal; białko og.: 94.3 g; tł.: 91.09 g; węgl.og.: 298.44 g; węgl.przysw.: 257.28 g; kw.tł.nasyc.: 32.19 g; błonnik: 23.58 g; sól: 4.28 g; suma.cuk.prost.: 56.24 g;

sobota 2026-10-24	**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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella blok 2 plastry 40 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , jabłko 150 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), klopsik mielony opiekany 100 g (***GLU, JAJ, SEL,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 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,***), serek Kanapkowy mini. 2 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: gruszka 140 g ,	**Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2225.88 kcal; białko og.: 92.91 g; tł.: 90.23 g; węgl.og.: 281.94 g; węgl.przysw.: 201.6 g; kw.tł.nasyc.: 31.97 g; błonnik: 34.6 g; sól: 4.29 g; suma.cuk.prost.: 75.86 g;

sobota 2026-10-24	**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 blok 2 plastry 40 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), szpinak baby 10 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , krokiety ziemniaczane z fetą i suszonymi pomidorami 250 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 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 , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2508.74 kcal; białko og.: 65.33 g; tł.: 81.82 g; węgl.og.: 394.33 g; węgl.przysw.: 345.74 g; kw.tł.nasyc.: 27.61 g; błonnik: 31.03 g; sól: 4.29 g; suma.cuk.prost.: 74.48 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 2026-10-25 **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,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumstick z kurczaka pieczone w marynacie barbecue 150 g , ziemniaki z zieleniną 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,***), parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ketchup saszetka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2108.79 kcal; białko og.: 86.03 g; tł.: 89.36 g; węgl.og.: 236.52 g; węgl.przysw.: 212.74 g; kw.tł.nasyc.: 23.56 g; błonnik: 23.78 g; sól: 8.17 g; suma.cuk.prost.: 49.72 g;

niedziela 2026-10-25 **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,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , sos pietruszkowy 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 drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2215.9 kcal; białko og.: 87.8 g; tł.: 90.14 g; węgl.og.: 258.9 g; węgl.przysw.: 236.93 g; kw.tł.nasyc.: 24.11 g; błonnik: 21.97 g; sól: 6.47 g; suma.cuk.prost.: 51.25 g;

niedziela 2026-10-25 **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,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , nektarynka 1 Por ,	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 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,***), parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2216.26 kcal; białko og.: 93.68 g; tł.: 92.48 g; węgl.og.: 251.98 g; węgl.przysw.: 222.08 g; kw.tł.nasyc.: 24.16 g; błonnik: 29.89 g; sól: 6.15 g; suma.cuk.prost.: 64.97 g;

niedziela 2026-10-25 **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,***), pasztet sojowy 1 szt , mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , nektarynka 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kopytka z ziemniaków i dyni 7 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), pieczarki w śmietanie 50 ml (***MLE,***), surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek topiony 50 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2545.34 kcal; białko og.: 72.18 g; tł.: 112.46 g; węgl.og.: 326.42 g; węgl.przysw.: 295.46 g; kw.tł.nasyc.: 43.65 g; błonnik: 30.96 g; sól: 5.54 g; suma.cuk.prost.: 81.86 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 2026-10-26 **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,***), Indyk w galarecie 70 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***),	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), wieprzowina na ostro duszona w warzywach 180 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kasza gryczana na sypko 200 g , buraczki po Litewsku z 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,***), Ser żółty 50 g (***MLE,***), miód 25 g , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2240.13 kcal; białko og.: 108.77 g; tł.: 84.27 g; węgl.og.: 279.46 g; węgl.przysw.: 248.81 g; kw.tł.nasyc.: 34.15 g; błonnik: 30.65 g; sól: 8.52 g; suma.cuk.prost.: 42.67 g;

poniedziałek 2026-10-26 **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,***), Indyk w galarecie 70 g , pomidor 100 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), kasza jęczmienna na sypko 200 g (***GLU,***), 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,***), ser Milandia 4 plastry 75 g (***MLE,***), pomidor 100 g , miód 25 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2251.44 kcal; białko og.: 99.78 g; tł.: 74.37 g; węgl.og.: 307.3 g; węgl.przysw.: 279.4 g; kw.tł.nasyc.: 24.78 g; błonnik: 27.9 g; sól: 5.38 g; suma.cuk.prost.: 42.28 g;

poniedziałek 2026-10-26 **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,***), Indyk w galarecie 70 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), gruszka 150 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), kasza gryczana na sypko 200 g , buraczki po Litewsku z 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,***), ser Milandia 4 plastry 75 g (***MLE,***), pomidor 100 g ,
	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	**Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2243.24 kcal; białko og.: 101.86 g; tł.: 81.09 g; węgl.og.: 298.67 g; węgl.przysw.: 226.85 g; kw.tł.nasyc.: 25.41 g; błonnik: 39.54 g; sól: 7.54 g; suma.cuk.prost.: 71.18 g;

poniedziałek 2026-10-26 **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,***), ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), gruszka 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g (***GLU, JAJ, MLE,***), buraczki po Litewsku z olejem 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,***), Ser żółty 50 g (***MLE,***), miód 25 g , pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2632.16 kcal; białko og.: 124.33 g; tł.: 105.78 g; węgl.og.: 313.59 g; węgl.przysw.: 257.99 g; kw.tł.nasyc.: 53.28 g; błonnik: 25.42 g; sól: 8.69 g; suma.cuk.prost.: 69.57 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 2026-10-27	**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,***), Szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***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 słoneczny drobiowy smażony 120 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SEL, 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,***), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (***JAJ,***), dżem 25 g (***SO2,***), szpinak baby 10 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2339.29 kcal; białko og.: 97.98 g; tł.: 91.05 g; węgl.og.: 295.51 g; węgl.przysw.: 269.22 g; kw.tł.nasyc.: 28.63 g; błonnik: 26.32 g; sól: 5.22 g; suma.cuk.prost.: 86.48 g;

wtorek 2026-10-27	**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,***), Szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***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,***), roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g , sos koperkowy 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,***), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (***JAJ,***), dżem 25 g (***SO2,***), szpinak baby 10 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2318.93 kcal; białko og.: 97.02 g; tł.: 79.7 g; węgl.og.: 316.11 g; węgl.przysw.: 291.2 g; kw.tł.nasyc.: 27.56 g; błonnik: 24.93 g; sól: 5.01 g; suma.cuk.prost.: 86.14 g;

wtorek 2026-10-27	**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,***), Szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , kiwi 1 szt ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g , sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SEL, 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,***), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (***JAJ,***), szpinak baby 10 g , papryka świeża 40 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2153.11 kcal; białko og.: 97.04 g; tł.: 85.5 g; węgl.og.: 264.58 g; węgl.przysw.: 234.42 g; kw.tł.nasyc.: 27.68 g; błonnik: 30.19 g; sól: 4.94 g; suma.cuk.prost.: 70.14 g;

wtorek 2026-10-27	**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,***), serek tartare. 3 szt (***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 wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SEL, GOR,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g (***JAJ,***), dżem 25 g (***SO2,***), szpinak baby 10 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2372.04 kcal; białko og.: 64.3 g; tł.: 82.4 g; węgl.og.: 354.89 g; węgl.przysw.: 330.92 g; kw.tł.nasyc.: 28.36 g; błonnik: 23.98 g; sól: 3.97 g; suma.cuk.prost.: 89.01 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 2026-10-28	**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,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g ,	zupa marchewkowa 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 kapusty pekińskiej ze 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2261.69 kcal; białko og.: 94.47 g; tł.: 84.31 g; węgl.og.: 300.24 g; węgl.przysw.: 244.79 g; kw.tł.nasyc.: 27.7 g; błonnik: 39.07 g; sól: 4.78 g; suma.cuk.prost.: 55.45 g;

środa 2026-10-28	**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,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), risotto z białego ryżu z piersią kurczka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g (***GLU, MLE, SEL,***), 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2274.82 kcal; białko og.: 100.86 g; tł.: 88.08 g; węgl.og.: 282.32 g; węgl.przysw.: 239.35 g; kw.tł.nasyc.: 30.05 g; błonnik: 26.56 g; sól: 3.92 g; suma.cuk.prost.: 53.54 g;

środa 2026-10-28	**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,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), risotto z brązowego ryżu z piersią kurczaka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g (***GLU, MLE, SEL,***), surówka z kapusty pekińskiej ze 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: jogurt naturalny 2% 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2292.42 kcal; białko og.: 105.08 g; tł.: 95.59 g; węgl.og.: 273.48 g; węgl.przysw.: 215.51 g; kw.tł.nasyc.: 31.46 g; błonnik: 39.47 g; sól: 3.95 g; suma.cuk.prost.: 72.48 g;

środa 2026-10-28	**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,***), twarożek z jogurtem. 100 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , Makaron razowy z kalafiorem w sosie serowym 300 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: krążki ryżowe małe opakowania 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2336.01 kcal; białko og.: 69.29 g; tł.: 80.28 g; węgl.og.: 350.33 g; węgl.przysw.: 301.9 g; kw.tł.nasyc.: 30.88 g; błonnik: 29.92 g; sól: 4.32 g; suma.cuk.prost.: 80.27 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29 **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,***), parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ketchup saszetka 1 szt , sałata lodowa z ziołami 70 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), karkówka pieczona w porcjach 100 g (***SEL, GOR,***), sos cygański 50 g (***GLU, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i kapusty z 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,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2337.2 kcal; białko og.: 99.21 g; tł.: 102.36 g; węgl.og.: 252.81 g; węgl.przysw.: 226.06 g; kw.tł.nasyc.: 30.71 g; błonnik: 26.75 g; sól: 7.13 g; suma.cuk.prost.: 57.1 g;

czwartek 2026-10-29 **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,***), parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), 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,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2379.54 kcal; białko og.: 107.81 g; tł.: 95.81 g; węgl.og.: 266.28 g; węgl.przysw.: 245.72 g; kw.tł.nasyc.: 27.87 g; błonnik: 20.56 g; sól: 5.61 g; suma.cuk.prost.: 49.93 g;

czwartek 2026-10-29 **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,***), parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami 70 g , gruszka 140 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i kapusty z 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,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
	Podwieczorek: jabłko 150 g ,	**Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2388.33 kcal; białko og.: 105.16 g; tł.: 98.04 g; węgl.og.: 277.6 g; węgl.przysw.: 213.38 g; kw.tł.nasyc.: 27.84 g; błonnik: 33.95 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 78.76 g;

czwartek 2026-10-29 **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,***), pasztet sojowy 1 szt , miód 25 g , sałata lodowa z ziołami 70 g , gruszka 140 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z warzywami i groszkiem zapiekane w sosie serowym 250 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z porów i kapusty z 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,***), serek tartare. 3 szt (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,
		Posiłek nocny: mus warzywny 100 g ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2605.65 kcal; białko og.: 68.93 g; tł.: 111.95 g; węgl.og.: 347.29 g; węgl.przysw.: 290.21 g; kw.tł.nasyc.: 30.23 g; błonnik: 28.91 g; sól: 5.4 g; suma.cuk.prost.: 83.58 g;

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**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,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml (***MLE, SEL,***), filet z dorsza panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, RYB, MLE, ORZ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej 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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2130.55 kcal; białko og.: 102.91 g; tł.: 74.72 g; węgl.og.: 278.63 g; węgl.przysw.: 246.59 g; kw.tł.nasyc.: 28.84 g; błonnik: 28.93 g; sól: 5.12 g; suma.cuk.prost.: 67.34 g;

piątek 2026-10-30	**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,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml (***MLE, SEL,***), makaron pszenny z tuńczykiem zapiekany w sosie beszamelowo-szpinakowym 300 g (***GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIĘ,***), 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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2231.64 kcal; białko og.: 104.14 g; tł.: 76.79 g; węgl.og.: 295.1 g; węgl.przysw.: 270.24 g; kw.tł.nasyc.: 31.59 g; błonnik: 22.43 g; sól: 4.62 g; suma.cuk.prost.: 67.72 g;

piątek 2026-10-30	**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,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml (***MLE, SEL,***), makaron razowy z tuńczykiem zapiekany w sosie beszamelowo-szpinakowym 300 g (***GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIĘ,***), surówka z kiszonej 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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), serek Haga 1 szt (***MLE,***), papryka kolorowa 100 g ,
	Podwieczorek: kefir 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2084.56 kcal; białko og.: 100.17 g; tł.: 81.27 g; węgl.og.: 255.84 g; węgl.przysw.: 223.7 g; kw.tł.nasyc.: 33.44 g; błonnik: 29.01 g; sól: 5 g; suma.cuk.prost.: 59.67 g;

piątek 2026-10-30	**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,***), dżem 25 g (***SO2,***), twarożek z olejem lnianym 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , krokiety zapiekane z kapustą i pieczarkami 2 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sałatka z pomidora i ogórka z czerwoną cebulką i olejem 100 g (***GOR,***), kompot z owocami 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Haga. 3 szt (***MLE,***), miód 25 g , papryka kolorowa 100 g ,
		Posiłek nocny: pasztecik z warzywami 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2306.86 kcal; białko og.: 75.5 g; tł.: 78.15 g; węgl.og.: 342.3 g; węgl.przysw.: 308.26 g; kw.tł.nasyc.: 27.45 g; błonnik: 29.99 g; sól: 4.75 g; suma.cuk.prost.: 74 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 2026-10-31	**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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), ogórek zielony 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), zrazy mielone wieprzowe z pieczarkami zapiekane 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,***), 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 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2137.84 kcal; białko og.: 95.81 g; tł.: 81.1 g; węgl.og.: 272.12 g; węgl.przysw.: 242.1 g; kw.tł.nasyc.: 31.13 g; błonnik: 30.03 g; sól: 4.33 g; suma.cuk.prost.: 60.54 g;

sobota 2026-10-31	**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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), szpinak baby 10 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ,***), sos koperkowy 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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2060.98 kcal; białko og.: 97.21 g; tł.: 67.53 g; węgl.og.: 278.99 g; węgl.przysw.: 254.64 g; kw.tł.nasyc.: 30.89 g; błonnik: 24.37 g; sól: 4.05 g; suma.cuk.prost.: 57.9 g;

sobota 2026-10-31	**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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), ogórek zielony 100 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ,***), sos koperkowy 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,***), Schab pieczony 50 g (***SEL, GOR,***), twarożek z jogurtem 50 g (***MLE,***), pomidor 100 g ,
	Podwieczorek: serek homogenizowany naturalny 1 szt (***MLE,***),	**Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2194.42 kcal; białko og.: 110.3 g; tł.: 81.93 g; węgl.og.: 270.27 g; węgl.przysw.: 239.56 g; kw.tł.nasyc.: 34.08 g; błonnik: 30.71 g; sól: 4.11 g; suma.cuk.prost.: 85.01 g;

sobota 2026-10-31	**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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 1 szt (***MLE,***), ogórek zielony 100 g , pomarańcza 1 Por ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlety z fasoli, warzyw i sera pieczone 2 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, 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 pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek z jogurtem. 100 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), pomidor 100 g ,
		Posiłek nocny: sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt ,

Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2239.2 kcal; białko og.: 82.72 g; tł.: 84.85 g; węgl.og.: 304.44 g; węgl.przysw.: 272.14 g; kw.tł.nasyc.: 33.32 g; błonnik: 32.3 g; sól: 4.6 g; suma.cuk.prost.: 89.2 g;

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