Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; schab pieczony. 40 g , Zawiera: **SEL, GOR** ; twarożek z jogurtem 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; roszponka 10 g; ;	zupa selerowa z zacierką 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; stek mielony pieczony z duszoną cebulką 100 g; sos koperkowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL, GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; serek tartare.. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2104.11 kcal; białko og.: 87.88 g; tł.: 88.08 g; węgl.og.: 258.27 g; węgl.przysw.: 231.86 g; kw.tł.nasyc.: 29.17 g; błonnik: 28.44 g; sól: 4.75 g; suma.cuk.prost.: 43.5 g;		
sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; schab pieczony. 40 g , Zawiera: **SEL, GOR** ; twarożek z jogurtem 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; roszponka 10 g; ;	zupa selerowa z zacierką 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; pulpet wieprzowy gotowany 100 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, SEL,*)** ; sos koperkowy 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; serek tartare.. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2116.12 kcal; białko og.: 92.78 g; tł.: 78.01 g; węgl.og.: 277.59 g; węgl.przysw.: 253.89 g; kw.tł.nasyc.: 28.82 g; błonnik: 25.7 g; sól: 5.06 g; suma.cuk.prost.: 41.79 g;		
sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; schab pieczony. 40 g , Zawiera: **SEL, GOR** ; twarożek z jogurtem 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; roszponka 10 g; gruszka 140 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ;	zupa selerowa z zacierką 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; pulpet wieprzowy gotowany 100 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, SEL,*)** ; sos koperkowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL, GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** serek homogenizowany naturalny 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** , ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; serek tartare.. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2278.7 kcal; białko og.: 108.88 g; tł.: 88.3 g; węgl.og.: 285.97 g; węgl.przysw.: 225.58 g; kw.tł.nasyc.: 31.74 g; błonnik: 34.23 g; sól: 5.01 g; suma.cuk.prost.: 72.83 g;		
sobota 2026-11-21	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; twarożek z jogurtem. 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; roszponka 10 g; gruszka 140 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kotlety z fasoli, warzyw i sera pieczone 2 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL, GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek tartare.. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2222.52 kcal; białko og.: 83.23 g; tł.: 84.79 g; węgl.og.: 306.15 g; węgl.przysw.: 246.53 g; kw.tł.nasyc.: 30.08 g; błonnik: 33.47 g; sól: 5.41 g; suma.cuk.prost.: 65.48 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 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; szynka gotowana 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; mozzarella 30 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; udko pieczone faszerowane pieczarkami 170 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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2165.98 kcal; białko og.: 88.96 g; tł.: 90.49 g; węgl.og.: 245.67 g; węgl.przysw.: 203.65 g; kw.tł.nasyc.: 29 g; błonnik: 26.51 g; sól: 6.1 g; suma.cuk.prost.: 41.46 g;		
niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; szynka gotowana 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; mozzarella 30 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; udko faszerowane suszonymi pomidorami 170 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; sos potrawkowy 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2279.58 kcal; białko og.: 94.13 g; tł.: 88.86 g; węgl.og.: 271.97 g; węgl.przysw.: 230.99 g; kw.tł.nasyc.: 31.57 g; błonnik: 25.48 g; sól: 6.3 g; suma.cuk.prost.: 44.44 g;		
niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; szynka gotowana 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; mozzarella 30 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidorki koktajlowe. 60 g; pomarańcza 1 Por; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; udko faszerowane suszonymi pomidorami 170 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; sos potrawkowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kiwi 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2224.64 kcal; białko og.: 90.57 g; tł.: 91.55 g; węgl.og.: 259.79 g; węgl.przysw.: 210.73 g; kw.tł.nasyc.: 31.89 g; błonnik: 33.55 g; sól: 6.15 g; suma.cuk.prost.: 65.69 g;		
niedziela 2026-11-22	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasztet sojowy 1 szt; mozzarella 30 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidorki koktajlowe. 60 g; pomarańcza 1 Por; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; krokiety ziemniaczane z fetą i suszonymi pomidorami 250 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, ORZ,*)** ; surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; twarożek z jogurtem 2. x 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2401.01 kcal; białko og.: 76.73 g; tł.: 85.92 g; węgl.og.: 344.1 g; węgl.przysw.: 299.92 g; kw.tł.nasyc.: 28.1 g; błonnik: 28.68 g; sól: 4.52 g; suma.cuk.prost.: 74.07 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 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; indyk w galarecie 50 g; Pomidor 60 g; szpinak baby 10 g; ;	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; wieprzowina na ostro duszona w warzywach 180 g , Zawiera: **(*SEL, GOR, SEZ,*)** ; kasza gryczana na sypko 200 g; buraczki w plastrach z sosem winegret 130 g , Zawiera: **(*GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Ser żółty 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; ogórek kiszony 100 g , Zawiera: **(*GOR,*)** , ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2160.09 kcal; białko og.: 104.57 g; tł.: 83.94 g; węgl.og.: 263.78 g; węgl.przysw.: 235.31 g; kw.tł.nasyc.: 34.06 g; błonnik: 28.47 g; sól: 8.41 g; suma.cuk.prost.: 44.46 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; indyk w galarecie 50 g; Pomidor 60 g; szpinak baby 10 g; ;	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; kasza jęczmienna na sypko 200 g , Zawiera: **(*GLU,*)** ; buraczki tarte 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; roszponka 10 g; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** , ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2125.4 kcal; białko og.: 93.13 g; tł.: 70.18 g; węgl.og.: 291.29 g; węgl.przysw.: 266.27 g; kw.tł.nasyc.: 24.66 g; błonnik: 25.03 g; sól: 5.21 g; suma.cuk.prost.: 44.9 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; indyk w galarecie 50 g; Pomidor 60 g; szpinak baby 10 g; mandarynka 1 szt; ;	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; kasza gryczana na sypko 200 g; buraczki w plastrach z sosem winegret 130 g , Zawiera: **(*GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** jabłko 150 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; ogórek kiszony 100 g , Zawiera: **(*GOR,*)** , ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2065.91 kcal; białko og.: 94.93 g; tł.: 76.83 g; węgl.og.: 266.61 g; węgl.przysw.: 229.12 g; kw.tł.nasyc.: 25.26 g; błonnik: 35.4 g; sól: 7.39 g; suma.cuk.prost.: 55.35 g;		
poniedziałek 2026-11-23	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek topiony 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Pomidor 60 g; szpinak baby 10 g; mandarynka 1 szt; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; surówka z marchewki i ananasa 130 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Ser żółty 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; roszponka 10 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2505.24 kcal; białko og.: 120.6 g; tł.: 106.24 g; węgl.og.: 281.72 g; węgl.przysw.: 258.18 g; kw.tł.nasyc.: 53.01 g; błonnik: 23.56 g; sól: 6.36 g; suma.cuk.prost.: 69.03 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 2026-11-24	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; Papryka świeża 60 g; ;	zupa pomidorowa z lanymi kluskami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; kotlet po iławsku panierowany pieczony 100 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, ORZ,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; wędlina z piersi kurczaka 50 g , Zawiera: **(*SEL,*)** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2374 kcal; białko og.: 99.55 g; tł.: 96.45 g; węgl.og.: 291.93 g; węgl.przysw.: 264.2 g; kw.tł.nasyc.: 31.29 g; błonnik: 27.5 g; sól: 5.65 g; suma.cuk.prost.: 59.46 g;		
wtorek 2026-11-24	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ;	zupa pomidorowa z lanymi kluskami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g; sos ziołowy 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; wędlina z piersi kurczaka 50 g , Zawiera: **(*SEL,*)** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2423.54 kcal; białko og.: 97.47 g; tł.: 97.07 g; węgl.og.: 302.47 g; węgl.przysw.: 277.04 g; kw.tł.nasyc.: 30.31 g; błonnik: 25.2 g; sól: 5.65 g; suma.cuk.prost.: 54.15 g;		
wtorek 2026-11-24	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; Papryka świeża 60 g; gruszka 140 g; ;	zupa pomidorowa z lanymi kluskami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; roladka drobiowa nadziewana cukinią gotowana 100 g; sos ziołowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL, GOR,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** skyr naturalny 150g 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; wędlina z piersi kurczaka 50 g , Zawiera: **(*SEL,*)** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2366.31 kcal; białko og.: 111.97 g; tł.: 95.56 g; węgl.og.: 287.17 g; węgl.przysw.: 225.09 g; kw.tł.nasyc.: 33.23 g; błonnik: 33.68 g; sól: 5.74 g; suma.cuk.prost.: 82.6 g;		
wtorek 2026-11-24	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; Papryka świeża 60 g; gruszka 140 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; naleśniki na wytrawnie z pieczarkami i cebulką zapiekane z serem 2 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; mizeria z jogurtem bałkańskim 3% 130 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2480.5 kcal; białko og.: 76.32 g; tł.: 90.89 g; węgl.og.: 359.74 g; węgl.przysw.: 301.12 g; kw.tł.nasyc.: 33.15 g; błonnik: 30.2 g; sól: 4.56 g; suma.cuk.prost.: 85.85 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 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(GLU, MLE,)** ; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(SOJ, SEL, GOR,)** ; pomidor 100 g; mandarynki 100 g; ;	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; bigos na wędzonce z kapusty mieszanej 250 g , Zawiera: **(SEL, GOR, SO2,)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1967.57 kcal; białko og.: 66.11 g; tł.: 74.27 g; węgl.og.: 257.1 g; węgl.przysw.: 228.46 g; kw.tł.nasyc.: 23.61 g; błonnik: 28.66 g; sól: 6.62 g; suma.cuk.prost.: 66.73 g;		
środa 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(GLU, MLE,)** ; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(SOJ, SEL, GOR,)** ; pomidor 100 g; mandarynki 100 g; ;	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; risotto z białego ryżu z piersią kurczka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; cukinia zapiekana 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2253.09 kcal; białko og.: 88.74 g; tł.: 86.75 g; węgl.og.: 275.48 g; węgl.przysw.: 251.53 g; kw.tł.nasyc.: 28.26 g; błonnik: 23.96 g; sól: 5.34 g; suma.cuk.prost.: 71.26 g;		
środa 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(GLU, MLE,)** ; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(SOJ, SEL, GOR,)** ; pomidor 100 g; mandarynki 100 g; ;	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; risotto z brązowego ryżu z piersią kurczaka i warzywami zapiekane pod beszamelem 300 g , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(JAJ,)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** serek homogenizowany naturalny 1 szt , Zawiera: **(MLE,)** , ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2260.1 kcal; białko og.: 101.99 g; tł.: 94.61 g; węgl.og.: 252.35 g; węgl.przysw.: 216.68 g; kw.tł.nasyc.: 30.82 g; błonnik: 35.65 g; sól: 5.41 g; suma.cuk.prost.: 86.09 g;		
środa 2026-11-25	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(GLU, MLE,)** ; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasztet sojowy 1 szt; dżem 25 g , Zawiera: **(SO2,)** ; pomidor 100 g; mandarynki 100 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; placki ziemniaczane z sosem jogurtowo-czosnkowym 3 szt , Zawiera: **(GLU, JAJ, MLE,)** ; surówka z kapusty pekińskiej i kukurydzy z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(JAJ,)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek topiony 50 g , Zawiera: **(MLE,)** ; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2511.58 kcal; białko og.: 63.28 g; tł.: 110.24 g; węgl.og.: 331.01 g; węgl.przysw.: 303.6 g; kw.tł.nasyc.: 32.54 g; błonnik: 27.38 g; sól: 5.03 g; suma.cuk.prost.: 72.15 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
herbata b/c 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; dżem 25 g , Zawiera: ***(SO2,)*** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: ***(MLE,)*** ; ogórek zielony 100 g; połówka banana 1 Por; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; kotlet po szwajcarsku ze schabu pieczony 100 g , Zawiera: ***(GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR,)*** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; buraczki zasmażane 130 g , Zawiera: ***(GLU,)*** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g , Zawiera: ***(JAJ, SEL,)*** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt , Zawiera: **MLE** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2342.95 kcal; białko og.: 97.23 g; tł.: 93.97 g; węgl.og.: 293.5 g; węgl.przysw.: 263.75 g; kw.tł.nasyc.: 29.11 g; błonnik: 29.13 g; sól: 5.46 g; suma.cuk.prost.: 69.89 g;		
czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; dżem 25 g , Zawiera: ***(SO2,)*** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: ***(MLE,)*** ; pomidor 100 g; połówka banana 1 Por; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; bitka ze schabu duszona 100 g , Zawiera: ***(GLU,)*** ; sos jarzynowy 50 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE, SEL,)*** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; buraczki z jabłkiem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g , Zawiera: ***(JAJ, SEL,)*** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt , Zawiera: **MLE** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2398.02 kcal; białko og.: 101.59 g; tł.: 88.43 g; węgl.og.: 313.64 g; węgl.przysw.: 286.23 g; kw.tł.nasyc.: 27.64 g; błonnik: 26.41 g; sól: 4.94 g; suma.cuk.prost.: 72.57 g;		
czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: ***(MLE,)*** ; ogórek zielony 100 g; gruszka 140 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; bitka ze schabu duszona 100 g , Zawiera: ***(GLU,)*** ; sos jarzynowy 50 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE, SEL,)*** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; buraczki z jabłkiem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kiwi 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g , Zawiera: ***(JAJ, SEL,)*** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt , Zawiera: **MLE** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2222.23 kcal; białko og.: 97.28 g; tł.: 88.67 g; węgl.og.: 280.18 g; węgl.przysw.: 215.83 g; kw.tł.nasyc.: 27.53 g; błonnik: 35.18 g; sól: 4.7 g; suma.cuk.prost.: 67.12 g;		
czwartek 2026-11-26	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; dżem 25 g , Zawiera: ***(SO2,)*** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: ***(MLE,)*** ; ogórek zielony 100 g; połówka banana 1 Por; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; Makaron razowy z kalafiorem w sosie serowym 300 g , Zawiera: ***(GLU, JAJ, MLE,)*** ; buraczki z jabłkiem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; sałatka z warzyw i ryżu z oliwą 150 g , Zawiera: ***(SEL,)*** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt , Zawiera: **MLE** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2117.08 kcal; białko og.: 67.1 g; tł.: 62.8 g; węgl.og.: 334.76 g; węgl.przysw.: 308.18 g; kw.tł.nasyc.: 27.41 g; błonnik: 25.54 g; sól: 3.9 g; suma.cuk.prost.: 71.66 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
jogurt owocowy 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; papryka kolorowa 100 g; ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; makaron razowy z tuńczykiem zapiekany w sosie serowo-szpinakowym 300 g , Zawiera: **(*GLU, SKR, RYB, SOJ, MLE, SEL, MIĘ,*)** ; surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(*JAJ, MLE,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pierś z kurczaka. 40 g , Zawiera: **(*SEL,*)** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; Pomidor 60 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2171.62 kcal; białko og.: 82.41 g; tł.: 80.08 g; węgl.og.: 292.24 g; węgl.przysw.: 267.51 g; kw.tł.nasyc.: 28.22 g; błonnik: 26.93 g; sól: 5.26 g; suma.cuk.prost.: 49.8 g;		
piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
jogurt owocowy 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; pomidor 100 g; ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; dorsz pieczony w ziołach 100 g , Zawiera: **(*RYB,*)** ; sos cytrynowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL, GOR,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; brokuł na parze 100 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pierś z kurczaka. 40 g , Zawiera: **(*SEL,*)** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2062.01 kcal; białko og.: 79.66 g; tł.: 73.58 g; węgl.og.: 278.94 g; węgl.przysw.: 258.79 g; kw.tł.nasyc.: 24.85 g; błonnik: 21.96 g; sól: 4.75 g; suma.cuk.prost.: 42.53 g;		
piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
jogurt naturalny 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; papryka kolorowa 100 g; mandarynki 100 g; ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; dorsz pieczony w ziołach 100 g , Zawiera: **(*RYB,*)** ; sos cytrynowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL, GOR,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g , Zawiera: **(*JAJ, MLE,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** jabłko 150 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pierś z kurczaka. 40 g , Zawiera: **(*SEL,*)** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; Pomidor 60 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1946.09 kcal; białko og.: 77.1 g; tł.: 79.7 g; węgl.og.: 247.41 g; węgl.przysw.: 210.8 g; kw.tł.nasyc.: 25.45 g; błonnik: 34.53 g; sól: 4.76 g; suma.cuk.prost.: 67.33 g;		
piątek 2026-11-27	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
jogurt owocowy 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek Kanapkowy mini. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; papryka kolorowa 100 g; mandarynki 100 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kluski szare z twarogiem i cebulką - wege 250 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; kapusta na krótko 100 g , Zawiera: **(*GLU,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; serek topiony 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; Pomidor 60 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2353.87 kcal; białko og.: 76.99 g; tł.: 73.94 g; węgl.og.: 361.27 g; węgl.przysw.: 330.99 g; kw.tł.nasyc.: 36.43 g; błonnik: 32.1 g; sól: 4.37 g; suma.cuk.prost.: 65.02 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 2026-11-28	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Schab pieczony 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; szpinak baby 10 g; połówka pomarańczy 1 Por; ;	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; gołąbek po meksykańsku zapiekany 120 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; sos pomidorowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g , Zawiera: **(*JAJ, GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2181.09 kcal; białko og.: 96.23 g; tł.: 79.56 g; węgl.og.: 284.94 g; węgl.przysw.: 238.07 g; kw.tł.nasyc.: 30.22 g; błonnik: 30.77 g; sól: 3.63 g; suma.cuk.prost.: 68.88 g;		
sobota 2026-11-28	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Schab pieczony 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; szpinak baby 10 g; połówka pomarańczy 1 Por; ;	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; sos pomidorowy 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2190.46 kcal; białko og.: 98.17 g; tł.: 74.23 g; węgl.og.: 294.24 g; węgl.przysw.: 252.89 g; kw.tł.nasyc.: 30.03 g; błonnik: 25.22 g; sól: 3.83 g; suma.cuk.prost.: 65.92 g;		
sobota 2026-11-28	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Schab pieczony 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; serek Haga 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; szpinak baby 10 g; połówka pomarańczy 1 Por; ;	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; sos pomidorowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g , Zawiera: **(*JAJ, GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** gruszka 140 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2094.53 kcal; białko og.: 96.42 g; tł.: 73.83 g; węgl.og.: 280.48 g; węgl.przysw.: 201.51 g; kw.tł.nasyc.: 29.91 g; błonnik: 34.69 g; sól: 3.74 g; suma.cuk.prost.: 73.89 g;		
sobota 2026-11-28	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek Haga. 3 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; szpinak baby 10 g; połówka pomarańczy 1 Por; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; tortellini jarskie lekkostrawne w sosie beszamelowo-szpinakowym 280 g , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g , Zawiera: **(*JAJ, GOR,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2169.33 kcal; białko og.: 74.67 g; tł.: 78.96 g; węgl.og.: 300.53 g; węgl.przysw.: 260.31 g; kw.tł.nasyc.: 31.62 g; błonnik: 22.78 g; sól: 3.22 g; suma.cuk.prost.: 72.75 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 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Szynkowa wieprzowa 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; mozzarella mini kuleczki 4 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; ;	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; ketchup saszetka 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2090.75 kcal; białko og.: 91.13 g; tł.: 82.28 g; węgl.og.: 248.24 g; węgl.przysw.: 223.36 g; kw.tł.nasyc.: 22.36 g; błonnik: 26.86 g; sól: 8.52 g; suma.cuk.prost.: 44.99 g;		
niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Szynkowa wieprzowa 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; mozzarella mini kuleczki 4 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; ;	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g; sos potrawkowy 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2182.73 kcal; białko og.: 95.58 g; tł.: 80.34 g; węgl.og.: 270.46 g; węgl.przysw.: 246.74 g; kw.tł.nasyc.: 24.96 g; błonnik: 25.7 g; sól: 6.67 g; suma.cuk.prost.: 43.93 g;		
niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Szynkowa wieprzowa 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; mozzarella mini kuleczki 4 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; kiwi 1 szt; ;	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g; sos potrawkowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** mandarynki 100 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2114.93 kcal; białko og.: 91.85 g; tł.: 83.06 g; węgl.og.: 255.26 g; węgl.przysw.: 223.66 g; kw.tł.nasyc.: 25.3 g; błonnik: 33.57 g; sól: 6.52 g; suma.cuk.prost.: 63.17 g;		
niedziela 2026-11-29	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml , Zawiera: **(*GLU, SOJ, MLE,*)** ; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; pasztet sojowy 1 szt; mozzarella mini kuleczki 4 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; kiwi 1 szt; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kopytka z ziemniaków i dyni 7 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, ORZ,*)** ; pieczarki w śmietanie 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; twarożek z jogurtem 2. x 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2449.94 kcal; białko og.: 85.46 g; tł.: 95.35 g; węgl.og.: 333.44 g; węgl.przysw.: 302.58 g; kw.tł.nasyc.: 36.27 g; błonnik: 32.84 g; sól: 4.86 g; suma.cuk.prost.: 74.84 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 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb razowy 70 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; Pomidor 60 g; roszponka 10 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; potrawka z indyka po chińsku duszona 180 g , Zawiera: **(*GLU, SKR, SOJ, ŁUB, GRZ,*)** ; ryż brązowy na sypko 200 g; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , Zawiera: **(*SEL, GOR, SEZ,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Pasztet zapiekany 70 g , Zawiera: **(*GLU, OZI, MLE, SEL,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2249.58 kcal; białko og.: 98.39 g; tł.: 84.85 g; węgl.og.: 289.61 g; węgl.przysw.: 257.4 g; kw.tł.nasyc.: 30.62 g; błonnik: 31.44 g; sól: 5.4 g; suma.cuk.prost.: 42.46 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; Pomidor 60 g; roszponka 10 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; potrawka z piersi indyka gotowana w jarzynach 180 g , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ryż biały na sypko 200 g; marchew junior na parze 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** , ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2158.49 kcal; białko og.: 88.65 g; tł.: 74.29 g; węgl.og.: 294.89 g; węgl.przysw.: 269.99 g; kw.tł.nasyc.: 25.22 g; błonnik: 24.91 g; sól: 4.91 g; suma.cuk.prost.: 42.45 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; Pomidor 60 g; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE,*)** ; potrawka z piersi indyka gotowana w jarzynach 180 g , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ryż brązowy na sypko 200 g; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , Zawiera: **(*SEL, GOR, SEZ,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** gruszka 140 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2143.66 kcal; białko og.: 86.64 g; tł.: 79.84 g; węgl.og.: 293.77 g; węgl.przysw.: 222.22 g; kw.tł.nasyc.: 25.84 g; błonnik: 40.52 g; sól: 4.5 g; suma.cuk.prost.: 65.12 g;		
poniedziałek 2026-11-30	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt , Zawiera: **GLU** ; chleb pszenno-żytni 70 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek topiony 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Pomidor 60 g; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; naleśniki na wytrawnie ze szpinakiem i fetą zapiekane w sosie serowym 250 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , Zawiera: **(*SEL, GOR, SEZ,*)** ; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; serek Kanapkowy mini. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2484.55 kcal; białko og.: 92.37 g; tł.: 106 g; węgl.og.: 306.14 g; węgl.przysw.: 278.07 g; kw.tł.nasyc.: 49.04 g; błonnik: 25.21 g; sól: 7.48 g; suma.cuk.prost.: 63.24 g;		

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