Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; 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,*)** ; ketchup saszetka 1 szt; ogórek zielony 100 g; mandarynka 1 szt; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; udko pieczone faszerowane pieczarkami 170 g; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka Krymska z porem, ogórkiem konserwowym i majonezem 130 g , Zawiera: **(*JAJ, 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** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2104.98 kcal; białko og.: 74.42 g; tł.: 90.03 g; węgl.og.: 247.28 g; węgl.przysw.: 219.79 g; kw.tł.nasyc.: 25.07 g; błonnik: 27.52 g; sól: 5.34 g; suma.cuk.prost.: 55.65 g;		
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; 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,*)** ; roszponka 10 g; mandarynka 1 szt; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; udko faszerowane suszonymi pomidorami 170 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; sos koperkowy 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(*MLE,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2220.31 kcal; białko og.: 76.63 g; tł.: 89.55 g; węgl.og.: 274.24 g; węgl.przysw.: 248.42 g; kw.tł.nasyc.: 25.8 g; błonnik: 25.84 g; sól: 5.53 g; suma.cuk.prost.: 60.37 g;		
środa 2026-11-11	**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** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: **(*SOJ, SEL, GOR,*)** ; ogórek zielony 100 g; mandarynka 1 szt; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ,*)** ; udko faszerowane suszonymi pomidorami 170 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; sos koperkowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka Krymska z porem, ogórkiem konserwowym i majonezem 130 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL, GOR, SEZ,*)** ; 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,*)** ; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2233.99 kcal; białko og.: 91.28 g; tł.: 96.06 g; węgl.og.: 250.47 g; węgl.przysw.: 220.45 g; kw.tł.nasyc.: 28.33 g; błonnik: 30.05 g; sól: 5.47 g; suma.cuk.prost.: 73.02 g;		
środa 2026-11-11	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml; 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; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; roszponka 10 g; mandarynka 1 szt; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; brokuły pieczone w cieście naleśnikowym z sosem jogurto-ziołowym 4 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; surówka Krymska z porem, ogórkiem konserwowym i majonezem 130 g , Zawiera: **(*JAJ, 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 topiony 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2088.67 kcal; białko og.: 56.51 g; tł.: 95.26 g; węgl.og.: 266.65 g; węgl.przysw.: 239.42 g; kw.tł.nasyc.: 30.13 g; błonnik: 27.28 g; sól: 5.93 g; suma.cuk.prost.: 74.25 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 2026-11-12	**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** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(JAJ,)** ; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ;	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; kotlet devolay panierowany pieczony 100 g , Zawiera: **(GLU, JAJ, MLE, ORZ,)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z porów i kapusty z majonezem 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** ; Ser żółty 50 g , Zawiera: **(MLE,)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(SO2,)** ; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2192.87 kcal; białko og.: 108.71 g; tł.: 89.54 g; węgl.og.: 252.64 g; węgl.przysw.: 213.65 g; kw.tł.nasyc.: 37.43 g; błonnik: 23.5 g; sól: 5.05 g; suma.cuk.prost.: 47.73 g;		
czwartek 2026-11-12	**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** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(JAJ,)** ; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ;	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; sznycle drobiowe z cukinią gotowane 100 g; sos beszamelowy 50 ml , Zawiera: **(GLU, MLE,)** ; 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** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(MLE,)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(SO2,)** ; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2084.02 kcal; białko og.: 98.47 g; tł.: 66.71 g; węgl.og.: 281.65 g; węgl.przysw.: 243.54 g; kw.tł.nasyc.: 26.73 g; błonnik: 22.6 g; sól: 3.72 g; suma.cuk.prost.: 50.9 g;		
czwartek 2026-11-12	**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** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(JAJ,)** ; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; jabłko 150 g; ;	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(GLU, MLE, SEL,)** ; sznycle drobiowe z cukinią gotowane 100 g; sos beszamelowy 50 ml , Zawiera: **(GLU, MLE,)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z porów i kapusty z majonezem 130 g , Zawiera: **(JAJ, MLE,)** ; 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** ; ser Milandia 3 plastry 56 g , Zawiera: **(MLE,)** ; Rzodkiewka 40 g; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2039.67 kcal; białko og.: 93.79 g; tł.: 75.8 g; węgl.og.: 261.74 g; węgl.przysw.: 212.13 g; kw.tł.nasyc.: 27.41 g; błonnik: 32 g; sól: 3.71 g; suma.cuk.prost.: 64.04 g;		
czwartek 2026-11-12	**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** ; jajko gotowane 1 szt , Zawiera: **(JAJ,)** ; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g , Zawiera: **(MLE,)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; jabłko 150 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	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,)** ; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowanie 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2487.31 kcal; białko og.: 121.73 g; tł.: 92.89 g; węgl.og.: 307.59 g; węgl.przysw.: 266.35 g; kw.tł.nasyc.: 47.53 g; błonnik: 23.64 g; sól: 4.65 g; suma.cuk.prost.: 84.08 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 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; Pasztet zapiekany 70 g; miód 25 g; ogórek zielony 100 g; ;	zupa selerowa z ziemniakami 315 ml; makaron razowy z tuńczykiem zapiekany w sosie serowo-szpinakowym 300 g; surówka meksykańska z kukurydzą i majonezem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; krakowska drobiowa. 40 g; Sałatka warzywna 150 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2453.69 kcal; białko og.: 84.84 g; tł.: 109.58 g; węgl.og.: 297.13 g; węgl.przysw.: 267.8 g; kw.tł.nasyc.: 36.49 g; błonnik: 29.45 g; sól: 6.22 g; suma.cuk.prost.: 42.25 g;		
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; serek Kanapkowy mini. 2 szt; miód 25 g; pomidor 100 g; ;	zupa selerowa z ziemniakami 315 ml; dorsz pieczony w ziołach 100 g; sos cytrynowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; warzywa po grecku 100 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; krakowska drobiowa. 40 g; Sałatka warzywna 150 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2293.31 kcal; białko og.: 83.26 g; tł.: 91.31 g; węgl.og.: 299.62 g; węgl.przysw.: 270.54 g; kw.tł.nasyc.: 34.24 g; błonnik: 28.85 g; sól: 5.38 g; suma.cuk.prost.: 53.17 g;		
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; serek Kanapkowy mini. 2 szt; ogórek zielony 100 g; gruszka 140 g; ;	zupa selerowa z ziemniakami 315 ml; dorsz pieczony w ziołach 100 g; sos cytrynowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka meksykańska z kukurydzą i majonezem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** pomarańcza 1 Por; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; krakowska drobiowa. 40 g; Sałatka warzywna 150 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2231.93 kcal; białko og.: 79.48 g; tł.: 99.23 g; węgl.og.: 278.29 g; węgl.przysw.: 210.82 g; kw.tł.nasyc.: 34.67 g; błonnik: 39.05 g; sól: 5.1 g; suma.cuk.prost.: 75.75 g;		
piątek 2026-11-13	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; serek Kanapkowy mini. 2 szt; miód 25 g; pomidor 100 g; gruszka 140 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; tortellini jarskie lekkostrawne w sosie beszamelowo-szpinakowym 280 g; surówka meksykańska z kukurydzą i majonezem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; Sałatka warzywna 150 g; dżem 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2407.3 kcal; białko og.: 69.68 g; tł.: 96.31 g; węgl.og.: 333.11 g; węgl.przysw.: 275.98 g; kw.tł.nasyc.: 37.1 g; błonnik: 28.7 g; sól: 4.2 g; suma.cuk.prost.: 77.73 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 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; polędwica sopocka 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; ;	zupa z cukinii z zacierką 315 ml; gołąbek po meksykańsku zapiekany 120 g; sos pomidorowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Haga 1 szt; papryka kolorowa 100 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2101.8 kcal; białko og.: 83.69 g; tł.: 90.99 g; węgl.og.: 252.08 g; węgl.przysw.: 221.09 g; kw.tł.nasyc.: 28.09 g; błonnik: 30.38 g; sól: 4.71 g; suma.cuk.prost.: 42.76 g;		
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; polędwica sopocka 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; ;	zupa z cukinii z zacierką 315 ml; kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g; sos pomidorowy 50 ml; 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; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Haga 1 szt; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2069.28 kcal; białko og.: 87.15 g; tł.: 82.69 g; węgl.og.: 255.62 g; węgl.przysw.: 231.2 g; kw.tł.nasyc.: 27.57 g; błonnik: 23.78 g; sól: 4.9 g; suma.cuk.prost.: 33.43 g;		
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; polędwica sopocka 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; kiwi 1 szt; ;	zupa z cukinii z zacierką 315 ml; kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g; sos pomidorowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** jabłko 150 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Haga 1 szt; papryka kolorowa 100 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2061.59 kcal; białko og.: 84.07 g; tł.: 85.96 g; węgl.og.: 257.18 g; węgl.przysw.: 219.27 g; kw.tł.nasyc.: 27.86 g; błonnik: 35.19 g; sól: 4.83 g; suma.cuk.prost.: 59.89 g;		
sobota 2026-11-14	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; miód 25 g; serek topiony 50 g; pomidor 100 g; kiwi 1 szt; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; fasolka po bretońsku wege 180 g; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Haga 1 szt; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2389.76 kcal; białko og.: 85.93 g; tł.: 80.3 g; węgl.og.: 355.18 g; węgl.przysw.: 305.31 g; kw.tł.nasyc.: 30.57 g; błonnik: 49.24 g; sól: 4.87 g; suma.cuk.prost.: 53.71 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 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; Szynkowa wieprzowa 50 g; mozzarella 30 g; pomidor 100 g; ;	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml; drumstick z kurczaka pieczone w marynacie barbecue 150 g; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; ketchup saszetka 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2095.06 kcal; białko og.: 85.17 g; tł.: 86.55 g; węgl.og.: 241.26 g; węgl.przysw.: 215.95 g; kw.tł.nasyc.: 24.84 g; błonnik: 25.33 g; sól: 8.19 g; suma.cuk.prost.: 53.48 g;		
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; Szynkowa wieprzowa 50 g; mozzarella 30 g; pomidor 100 g; ;	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml; drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g; sos potrawkowy 50 ml; 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; masło 15g 82% 1 szt; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2151.47 kcal; białko og.: 89.18 g; tł.: 81.19 g; węgl.og.: 262.66 g; węgl.przysw.: 238.54 g; kw.tł.nasyc.: 27.28 g; błonnik: 24.12 g; sól: 6.23 g; suma.cuk.prost.: 51.11 g;		
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; Szynkowa wieprzowa 50 g; mozzarella 30 g; pomidor 100 g; pomarańcza 1 Por; ;	rosół z indyka z drobnym makaronem 315 ml; drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g; sos potrawkowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** gruszka 140 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2210.84 kcal; białko og.: 87.13 g; tł.: 87.43 g; węgl.og.: 273.52 g; węgl.przysw.: 210.71 g; kw.tł.nasyc.: 27.76 g; błonnik: 34.65 g; sól: 6.2 g; suma.cuk.prost.: 84.09 g;		
niedziela 2026-11-15	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasztet sojowy 1 szt; mozzarella 30 g; pomidor 100 g; pomarańcza 1 Por; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kopytka z ziemniaków i dyni 7 szt; pieczarki w śmietanie 50 ml; surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; twarożek z jogurtem 2. x 50 g; dżem 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2467.55 kcal; białko og.: 79.96 g; tł.: 99.46 g; węgl.og.: 330.1 g; węgl.przysw.: 298 g; kw.tł.nasyc.: 38.68 g; błonnik: 32.12 g; sól: 4.53 g; suma.cuk.prost.: 87.49 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 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; Krakowska parzona drobiowa 50 g; dżem 25 g; pomidor 100 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml; kurczak w curry z mleczkiem kokosowym i ananasem 180 g; ryż brązowy na sypko 200 g; surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2084.33 kcal; białko og.: 95.2 g; tł.: 71.97 g; węgl.og.: 279.75 g; węgl.przysw.: 231.47 g; kw.tł.nasyc.: 28.31 g; błonnik: 32.79 g; sól: 4.68 g; suma.cuk.prost.: 46.43 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; Krakowska parzona drobiowa 50 g; pomidor 100 g; dżem 25 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml; potrawka z kurczaka gotowana w jarzynach 180 g; ryż biały na sypko 200 g; cukinia zapiekana 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2228.01 kcal; białko og.: 103.56 g; tł.: 74.26 g; węgl.og.: 296.54 g; węgl.przysw.: 258.66 g; kw.tł.nasyc.: 28.59 g; błonnik: 22.39 g; sól: 4.55 g; suma.cuk.prost.: 42.96 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt; herbata z rumiankiem 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; Krakowska parzona drobiowa 50 g; pomidor 100 g; jabłko 150 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml; potrawka z kurczaka gotowana w jarzynach 180 g; ryż brązowy na sypko 200 g; surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** mandarynka 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 g; Rzodkiewka 40 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2103.58 kcal; białko og.: 100.77 g; tł.: 75.83 g; węgl.og.: 276.24 g; węgl.przysw.: 218.05 g; kw.tł.nasyc.: 28.59 g; błonnik: 40.61 g; sól: 4.54 g; suma.cuk.prost.: 57.82 g;		
poniedziałek 2026-11-16	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt; herbata z rumiankiem 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; serek topiony 50 g; dżem 25 g; pomidor 100 g; jabłko 150 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kluski szare z twarogiem i cebulką - wege 250 g; kapusta na krótko 100 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; serek Kanapkowy mini. 2 szt; miód 25 g; roszponka 10 g; Rzodkiewka 40 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2410.38 kcal; białko og.: 85.1 g; tł.: 73.36 g; węgl.og.: 369.43 g; węgl.przysw.: 319.84 g; kw.tł.nasyc.: 35.86 g; błonnik: 32.01 g; sól: 4.83 g; suma.cuk.prost.: 62.6 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 2026-11-17	**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** ; szynka gotowana 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; twarożek z jogurtem 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml , Zawiera: **(*MLE, SEL,*)** ; kotlet schabowy panierowany smażony 100 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, ORZ,*)** ; ziemniaki z zieleniną 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** ; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i makaronu ryżowego z oliwą 150 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, SEL,*)** ; 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.: 2241.88 kcal; białko og.: 94.81 g; tł.: 91.52 g; węgl.og.: 274.13 g; węgl.przysw.: 246.36 g; kw.tł.nasyc.: 29.84 g; błonnik: 27.78 g; sól: 6.35 g; suma.cuk.prost.: 55.54 g;		
wtorek 2026-11-17	**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** ; szynka gotowana 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; twarożek z jogurtem 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml , Zawiera: **(*MLE, SEL,*)** ; bitka ze schabu duszona 100 g , Zawiera: **(*GLU,*)** ; sos ziołowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL, GOR,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; 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** ; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i makaronu ryżowego z oliwą 150 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, SEL,*)** ; 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.: 2289.38 kcal; białko og.: 101.21 g; tł.: 86.69 g; węgl.og.: 288.85 g; węgl.przysw.: 264.45 g; kw.tł.nasyc.: 30.15 g; błonnik: 24.42 g; sól: 6.32 g; suma.cuk.prost.: 57.96 g;		
wtorek 2026-11-17	**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** ; szynka gotowana 50 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; twarożek z jogurtem 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml , Zawiera: **(*MLE, SEL,*)** ; bitka ze schabu duszona 100 g , Zawiera: **(*GLU,*)** ; sos ziołowy 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL, GOR,*)** ; ziemniaki z zieleniną 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** ; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i makaronu ryżowego z oliwą 150 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, SEL,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE, SEZ,*)** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2160.08 kcal; białko og.: 96.55 g; tł.: 92.29 g; węgl.og.: 254.57 g; węgl.przysw.: 220.03 g; kw.tł.nasyc.: 30.57 g; błonnik: 32.46 g; sól: 6.05 g; suma.cuk.prost.: 58.68 g;		
wtorek 2026-11-17	**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** ; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; knedle na słodko z truskawkami 250 g , Zawiera: **(*GLU,*)** ; 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** ; sałatka z warzyw i makaronu z oliwą 150 g , Zawiera: **(*GLU, JAJ, SEL,*)** ; 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.: 2298.89 kcal; białko og.: 72.7 g; tł.: 72.67 g; węgl.og.: 353.82 g; węgl.przysw.: 324.35 g; kw.tł.nasyc.: 26.75 g; błonnik: 29.48 g; sól: 4.99 g; suma.cuk.prost.: 69.54 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 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; 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,*)** ; ogórek kiszony 100 g , Zawiera: **(*GOR,*)** ; jogurt naturalny 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** , ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g , Zawiera: **(*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** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2077.98 kcal; białko og.: 80.81 g; tł.: 80.73 g; węgl.og.: 273.19 g; węgl.przysw.: 238.59 g; kw.tł.nasyc.: 27.43 g; błonnik: 34.65 g; sól: 7.77 g; suma.cuk.prost.: 53.17 g;		
środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; 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,*)** ; pomidor 100 g; jogurt naturalny 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** , ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; pierogi z twarogiem gotowane 7 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; dynia 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** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1978.54 kcal; białko og.: 68.42 g; tł.: 81.17 g; węgl.og.: 252.65 g; węgl.przysw.: 232.64 g; kw.tł.nasyc.: 24.75 g; błonnik: 20.01 g; sól: 4.47 g; suma.cuk.prost.: 56.55 g;		
środa 2026-11-18	**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** ; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g , Zawiera: **(*JAJ,*)** ; ogórek kiszony 100 g , Zawiera: **(*GOR,*)** ; mandarynka 1 szt; jogurt naturalny 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** , ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; pulpet z indyka gotowany. 100 g , Zawiera: **(*JAJ, SEL,*)** ; sos warzywny przecierany b/ml b/glut 1 Por , Zawiera: **(*SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka kopenhaska z majonezem i prażonym słonecznikiem 100 g , Zawiera: **(*JAJ, 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** ; Krakowska parzona drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por , Zawiera: **(*MLE,*)** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2070.96 kcal; białko og.: 96.29 g; tł.: 84.16 g; węgl.og.: 246.79 g; węgl.przysw.: 215.14 g; kw.tł.nasyc.: 28.26 g; błonnik: 31.69 g; sól: 6.87 g; suma.cuk.prost.: 71.93 g;		
środa 2026-11-18	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 50 g , Zawiera: **GLU, SEZ** ; 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,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; pomidor 100 g; mandarynka 1 szt; jogurt naturalny 2% 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** , ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; pierogi z twarogiem gotowane 7 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; dynia 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** ; serek topiony 50 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2110.98 kcal; białko og.: 63.37 g; tł.: 84.44 g; węgl.og.: 284.45 g; węgl.przysw.: 262.41 g; kw.tł.nasyc.: 30.93 g; błonnik: 22.06 g; sól: 4.89 g; suma.cuk.prost.: 76.5 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 2026-11-19	**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** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: ***(SOJ, SEL, GOR,)*** ; ketchup saszetka 1 szt; ogórek zielony 100 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; roladki z karkówki ze śliwką i kiszoną kapustą opiekane 100 g , Zawiera: **GLU, OZI, SEL, GOR, SO2** ; sos musztardowy 50 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE, GOR,)*** ; ziemniaki z zieleniną 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** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: ***(JAJ, SEL,)*** ; serek Tartare 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2395.12 kcal; białko og.: 75.37 g; tł.: 102 g; węgl.og.: 299.84 g; węgl.przysw.: 267.47 g; kw.tł.nasyc.: 28.84 g; błonnik: 33.37 g; sól: 6.12 g; suma.cuk.prost.: 59.86 g;		
czwartek 2026-11-19	**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** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: ***(SOJ, SEL, GOR,)*** ; pomidor 100 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g; sos beszamelowy 50 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; 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** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: ***(JAJ, SEL,)*** ; serek Tartare 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2332 kcal; białko og.: 94.82 g; tł.: 85.57 g; węgl.og.: 299.05 g; węgl.przysw.: 271.38 g; kw.tł.nasyc.: 24.75 g; błonnik: 29.43 g; sól: 5.95 g; suma.cuk.prost.: 51.31 g;		
czwartek 2026-11-19	**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** ; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g , Zawiera: ***(SOJ, SEL, GOR,)*** ; ogórek zielony 100 g; gruszka 140 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g; sos beszamelowy 50 ml , Zawiera: ***(GLU, MLE,)*** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , Zawiera: ***(SEL, GOR, SEZ,)*** ; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; Sałatka warzywna 150 g , Zawiera: ***(JAJ, SEL,)*** ; serek Tartare 1 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2307.91 kcal; białko og.: 89.23 g; tł.: 88.12 g; węgl.og.: 300.16 g; węgl.przysw.: 235.34 g; kw.tł.nasyc.: 24.93 g; błonnik: 37.64 g; sól: 5.77 g; suma.cuk.prost.: 78.13 g;		
czwartek 2026-11-19	**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** ; pasztet sojowy 1 szt; miód 25 g; ogórek zielony 100 g; gruszka 140 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 tartare. 3 szt , Zawiera: ***(MLE,)*** ; dżem 25 g , Zawiera: ***(SO2,)*** ; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt , Zawiera: **SEL, GOR** , ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2669.8 kcal; białko og.: 79.83 g; tł.: 113.59 g; węgl.og.: 352.37 g; węgl.przysw.: 297.87 g; kw.tł.nasyc.: 34.37 g; błonnik: 27.54 g; sól: 6.85 g; suma.cuk.prost.: 77.28 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 2026-11-20	**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** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; rzodkiewki 70 g; ;	zupa koperkowa z makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , Zawiera: **(*RYB,*)** ; sos rybny 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, 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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; chleb razowy 35 g , Zawiera: **GLU, SOJ, ORZ, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; wędlina szynkowa 2 plastry 40 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; serek Kanapkowy mini 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; papryka kolorowa 100 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2143.1 kcal; białko og.: 91.91 g; tł.: 82.82 g; węgl.og.: 272.47 g; węgl.przysw.: 244.74 g; kw.tł.nasyc.: 29.37 g; błonnik: 27.37 g; sól: 5.78 g; suma.cuk.prost.: 70.83 g;		
piątek 2026-11-20	**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** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; pomidor 100 g; ;	zupa koperkowa z makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , Zawiera: **(*RYB,*)** ; sos rybny 50 ml , Zawiera: **(*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 , Zawiera: **GLU, SEZ** ; masło 15g 82% 1 szt , Zawiera: **MLE** ; wędlina szynkowa 2 plastry 40 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; serek Kanapkowy mini 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2205.81 kcal; białko og.: 94.87 g; tł.: 82.46 g; węgl.og.: 282.92 g; węgl.przysw.: 261.2 g; kw.tł.nasyc.: 29.33 g; błonnik: 21.73 g; sól: 5.07 g; suma.cuk.prost.: 68.45 g;		
piątek 2026-11-20	**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** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; rzodkiewki 70 g; jabłko 150 g; ;	zupa koperkowa z makaronem 315 ml , Zawiera: **(*GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR,*)** ; Łosoś pieczony z koperkiem i cytryną 90 g , Zawiera: **(*RYB,*)** ; sos rybny 50 ml , Zawiera: **(*GLU, MLE, SEL,*)** ; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kefir 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** ; wędlina szynkowa 2 plastry 40 g , Zawiera: **(*SEL, GOR,*)** ; serek Kanapkowy mini 1 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; papryka kolorowa 100 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2137.11 kcal; białko og.: 95.86 g; tł.: 84.96 g; węgl.og.: 266.99 g; węgl.przysw.: 232.2 g; kw.tł.nasyc.: 29.28 g; błonnik: 32.33 g; sól: 5.55 g; suma.cuk.prost.: 72.98 g;		
piątek 2026-11-20	**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** ; twarożek z olejem lnianym 100 g , Zawiera: **(*MLE,*)** ; dżem 25 g , Zawiera: **(*SO2,*)** ; rzodkiewki 70 g; jabłko 150 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; placki ziemniaczane z sosem jogurtowo-czosnkowym 3 szt , Zawiera: **(*GLU, JAJ, MLE,*)** ; surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju 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** ; serek Kanapkowy mini. 2 szt , Zawiera: **(*MLE,*)** ; miód 25 g; papryka kolorowa 100 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2426.97 kcal; białko og.: 80.24 g; tł.: 84.01 g; węgl.og.: 356.48 g; węgl.przysw.: 324.4 g; kw.tł.nasyc.: 33.08 g; błonnik: 29.61 g; sól: 4.39 g; suma.cuk.prost.: 91.35 g;		

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