Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
wtorek 2026-12-01	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Kanapkowy mini 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml; kotlet schabowy panierowany smażony 100 g; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z cukinii i kapusty pekińskiej 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; pierś z kurczaka 2 plasterki. 40 g; twarożek z jogurtem 50 g; rzodkiewki 70 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2264.35 kcal; białko og.: 101.29 g; tł.: 97.09 g; węgl.og.: 260.32 g; węgl.przysw.: 234.08 g; kw.tł.nasyc.: 34.51 g; błonnik: 26.25 g; sól: 5.51 g; suma.cuk.prost.: 65.63 g;		
wtorek 2026-12-01	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Kanapkowy mini 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml; sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g; sos ziołowy 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; pierś z kurczaka 2 plasterki. 40 g; twarożek z jogurtem 50 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2295.98 kcal; białko og.: 108.99 g; tł.: 90.11 g; węgl.og.: 274.8 g; węgl.przysw.: 251.56 g; kw.tł.nasyc.: 34.88 g; błonnik: 23.27 g; sól: 5.33 g; suma.cuk.prost.: 67.85 g;		
wtorek 2026-12-01	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Kanapkowy mini 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa pomidorowa z ryżem 315 ml; sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g; sos ziołowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z cukinii i kapusty pekińskiej z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kefir 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; pierś z kurczaka 2 plasterki. 40 g; twarożek z jogurtem 50 g; rzodkiewki 70 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2216.36 kcal; białko og.: 108.17 g; tł.: 98.9 g; węgl.og.: 238.9 g; węgl.przysw.: 210.47 g; kw.tł.nasyc.: 35.15 g; błonnik: 28.46 g; sól: 5.2 g; suma.cuk.prost.: 66.3 g;		
wtorek 2026-12-01	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Kanapkowy mini 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kluski śląskie z pieczarkami i duszoną cebulka 3 szt; surówka z cukinii i kapusty pekińskiej 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; twarożek z jogurtem. 100 g; dżem 25 g; rzodkiewki 70 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2311.72 kcal; białko og.: 77.37 g; tł.: 85.6 g; węgl.og.: 321.44 g; węgl.przysw.: 295.86 g; kw.tł.nasyc.: 31.69 g; błonnik: 25.57 g; sól: 3.97 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
środa 2026-12-02	**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; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; roszponka 10 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml; fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g; ziemniaki z zieleniną 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; Sałatka warzywna 150 g; jajko gotowane 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2301.53 kcal; białko og.: 80.94 g; tł.: 92.25 g; węgl.og.: 291.5 g; węgl.przysw.: 252.25 g; kw.tł.nasyc.: 26.29 g; błonnik: 39.04 g; sól: 6.28 g; suma.cuk.prost.: 56.73 g;		
środa 2026-12-02	**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; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; roszponka 10 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; ;	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml; pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt; dynia na parze 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; jajko gotowane 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2236.09 kcal; białko og.: 68.85 g; tł.: 97.34 g; węgl.og.: 267.35 g; węgl.przysw.: 244.67 g; kw.tł.nasyc.: 25.5 g; błonnik: 22.45 g; sól: 5.22 g; suma.cuk.prost.: 55.61 g;		
środa 2026-12-02	**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; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; roszponka 10 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; kiwi 1 szt; ;	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml; pulpet z indyka gotowany. 100 g; sos warzywny przecierany b/ml b/glut 1 Por; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** jogurt naturalny 2% 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; Sałatka warzywna 150 g; jajko gotowane 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2207.61 kcal; białko og.: 84.45 g; tł.: 95.04 g; węgl.og.: 256.29 g; węgl.przysw.: 219.21 g; kw.tł.nasyc.: 25.86 g; błonnik: 36.86 g; sól: 5.42 g; suma.cuk.prost.: 64.9 g;		
środa 2026-12-02	**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; twarożek z jogurtem. 100 g; dżem 25 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; roszponka 10 g; kiwi 1 szt; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt; dynia na parze 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; Sałatka warzywna 150 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 0,2l 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2154.33 kcal; białko og.: 74.73 g; tł.: 85.37 g; węgl.og.: 284.86 g; węgl.przysw.: 259.97 g; kw.tł.nasyc.: 27.81 g; błonnik: 24.66 g; sól: 3.99 g; suma.cuk.prost.: 77.21 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 2026-12-03	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; szynka gotowana 50 g; serek Tartare 1 szt; papryka kolorowa 100 g; ;	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml; kotlet devolay z porem i serkiem mascarpone 100 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; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g; dżem 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2222.14 kcal; białko og.: 110.99 g; tł.: 81.18 g; węgl.og.: 281.4 g; węgl.przysw.: 253.71 g; kw.tł.nasyc.: 27.87 g; błonnik: 29.71 g; sól: 5.56 g; suma.cuk.prost.: 71 g;		
czwartek 2026-12-03	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; szynka gotowana 50 g; serek Tartare 1 szt; pomidor 100 g; ;	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml; rolada drobiowa mielona z cukinią gotowana 100 g; sos beszamelowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; marchewka gotowana 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g; dżem 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2119.37 kcal; białko og.: 102.49 g; tł.: 67.92 g; węgl.og.: 292.02 g; węgl.przysw.: 268.61 g; kw.tł.nasyc.: 27.36 g; błonnik: 25.4 g; sól: 6.37 g; suma.cuk.prost.: 70.24 g;		
czwartek 2026-12-03	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; szynka gotowana 50 g; serek Tartare 1 szt; papryka kolorowa 100 g; pomarańcza 1 Por; ;	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml; rolada drobiowa mielona z cukinią gotowana 100 g; sos beszamelowy 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; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g; Rzodkiewka 40 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2117.38 kcal; białko og.: 101.88 g; tł.: 72.34 g; węgl.og.: 290.97 g; węgl.przysw.: 226.63 g; kw.tł.nasyc.: 27.54 g; błonnik: 38.18 g; sól: 6.13 g; suma.cuk.prost.: 91.95 g;		
czwartek 2026-12-03	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; serek tartare. 3 szt; miód 25 g; papryka kolorowa 100 g; pomarańcza 1 Por; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; papryka faszerowana warzywami, zapiekana z serem 180 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 140 g; masło 15g 82% 1 szt; twarożek półtłusty z jogurtem 3%tł 100 g; dżem 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** sok pomidorowy 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2432.65 kcal; białko og.: 83.04 g; tł.: 78.69 g; węgl.og.: 370.39 g; węgl.przysw.: 337.39 g; kw.tł.nasyc.: 30.42 g; błonnik: 35.03 g; sól: 4.88 g; suma.cuk.prost.: 86.92 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 2026-12-04	**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; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml; Łosoś pieczony z masłem i ziołami 90 g; sos rybny 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g; serek Haga 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2237.63 kcal; białko og.: 78.64 g; tł.: 99.82 g; węgl.og.: 273.51 g; węgl.przysw.: 240.6 g; kw.tł.nasyc.: 31.43 g; błonnik: 30.19 g; sól: 6.28 g; suma.cuk.prost.: 63.69 g;		
piątek 2026-12-04	**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; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml; Łosoś pieczony z masłem i ziołami 90 g; sos rybny 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; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g; serek Haga 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2299.92 kcal; białko og.: 81.9 g; tł.: 95.77 g; węgl.og.: 293.73 g; węgl.przysw.: 263.29 g; kw.tł.nasyc.: 31.04 g; błonnik: 27.73 g; sól: 5.44 g; suma.cuk.prost.: 65.97 g;		
piątek 2026-12-04	**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; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml; Łosoś pieczony z masłem i ziołami 90 g; sos rybny 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kefir 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; sałatka z warzyw, wędliny drobiowej i ryżu z oliwą 150 g; serek Haga 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2193.99 kcal; białko og.: 82.01 g; tł.: 101.35 g; węgl.og.: 257.51 g; węgl.przysw.: 221.85 g; kw.tł.nasyc.: 31.29 g; błonnik: 32.94 g; sól: 6.04 g; suma.cuk.prost.: 63.41 g;		
piątek 2026-12-04	**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; jajko gotowane 1 szt; serek Kanapkowy mini 1 szt; roszponka 10 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; sałatka z warzyw i ryżu z oliwą 150 g; serek Haga 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** mus warzywny 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2178.73 kcal; białko og.: 68.51 g; tł.: 60.28 g; węgl.og.: 359.45 g; węgl.przysw.: 323.75 g; kw.tł.nasyc.: 26.5 g; błonnik: 32.96 g; sól: 3.46 g; suma.cuk.prost.: 70.57 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
sobota 2026-12-05	**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 krupnik z ziemniakami 315 ml; stek mielony pieczony z duszoną cebulką 100 g; sos koperkowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 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; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g; ogórek kiszony 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2029.96 kcal; białko og.: 79.61 g; tł.: 83.36 g; węgl.og.: 252.7 g; węgl.przysw.: 209.68 g; kw.tł.nasyc.: 27.61 g; błonnik: 27.54 g; sól: 6.73 g; suma.cuk.prost.: 33.76 g;		
sobota 2026-12-05	**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 krupnik z ziemniakami 315 ml; pulpet gotowany wieprzowy 100 g; sos koperkowy 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; jajko gotowane 1 szt; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1968.25 kcal; białko og.: 86.75 g; tł.: 66.7 g; węgl.og.: 265.68 g; węgl.przysw.: 226.54 g; kw.tł.nasyc.: 26.85 g; błonnik: 23.64 g; sól: 4.63 g; suma.cuk.prost.: 29.12 g;		
sobota 2026-12-05	**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 krupnik z ziemniakami 315 ml; pulpet gotowany wieprzowy 100 g; sos koperkowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** mandarynki 100 g; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; jajko gotowane 1 szt; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g; ogórek kiszony 100 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 1978.41 kcal; białko og.: 85.67 g; tł.: 75.02 g; węgl.og.: 255.04 g; węgl.przysw.: 206.86 g; kw.tł.nasyc.: 27.59 g; błonnik: 32.69 g; sól: 6.88 g; suma.cuk.prost.: 48.07 g;		
sobota 2026-12-05	**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; Makaron razowy z kalafiorem w sosie serowym 300 g; surówka z kapusty pekińskiej ze słonecznikiem 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; twarożek półtłusty z jogurtem bałkańskim 70 g; szpinak baby 10 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2162.24 kcal; białko og.: 66.6 g; tł.: 78.66 g; węgl.og.: 307.78 g; węgl.przysw.: 267.76 g; kw.tł.nasyc.: 36.99 g; błonnik: 24.53 g; sól: 4.83 g; suma.cuk.prost.: 42.26 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 2026-12-06	**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; Sałata dekoracyjna 12 g; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml; udko z kurczaka pieczone w sosie pieczarkowym 170 g; ziemniaki z zieleniną 200 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; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; ketchup saszetka 1 szt; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2236.35 kcal; białko og.: 90.11 g; tł.: 98.48 g; węgl.og.: 244.39 g; węgl.przysw.: 220.04 g; kw.tł.nasyc.: 30.47 g; błonnik: 24.33 g; sól: 6.35 g; suma.cuk.prost.: 55.24 g;		
niedziela 2026-12-06	**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; Sałata dekoracyjna 12 g; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml; udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g; sos jarzynowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 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; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2316.56 kcal; białko og.: 91.13 g; tł.: 98.32 g; węgl.og.: 261.3 g; węgl.przysw.: 241.62 g; kw.tł.nasyc.: 30.7 g; błonnik: 19.68 g; sól: 6.25 g; suma.cuk.prost.: 56.08 g;		
niedziela 2026-12-06	**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; Sałata dekoracyjna 12 g; pomarańcza 1 Por; ;	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml; udko z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g; sos jarzynowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka meksykańska z kukurydzą i majonezem 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; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2356.38 kcal; białko og.: 90.26 g; tł.: 102.04 g; węgl.og.: 272.56 g; węgl.przysw.: 212.38 g; kw.tł.nasyc.: 30.87 g; błonnik: 31.99 g; sól: 6.27 g; suma.cuk.prost.: 83.77 g;		
niedziela 2026-12-06	**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; Sałata dekoracyjna 12 g; pomarańcza 1 Por; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; kotlety jajeczne z zielonym groszkiem 2 szt; ziemniaki z zieleniną 200 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; twarożek z jogurtem 2. x 50 g; dżem 25 g; ogórek zielony 100 g; ; **Posiłek nocny:** sok owocowy 100% ze słomką 200ml 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2478.18 kcal; białko og.: 88.93 g; tł.: 103.92 g; węgl.og.: 314.07 g; węgl.przysw.: 283.02 g; kw.tł.nasyc.: 32.49 g; błonnik: 31.05 g; sól: 5.7 g; suma.cuk.prost.: 86.28 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie - II Śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-12-07	**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; Pomidor 60 g; roszponka 10 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml; wieprzowina na ostro duszona w warzywach 180 g; kasza gryczana na sypko 200 g; buraczki po Litewsku z olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; Pasztet zapiekany 70 g; dżem 25 g; ogórek kiszony 100 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2274.95 kcal; białko og.: 100.6 g; tł.: 92.27 g; węgl.og.: 275.42 g; węgl.przysw.: 244.84 g; kw.tł.nasyc.: 32.73 g; błonnik: 30.58 g; sól: 7.95 g; suma.cuk.prost.: 50.28 g;		
poniedziałek 2026-12-07	**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 60 g; roszponka 10 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml; gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g; kasza jęczmienna na sypko 200 g; buraczki gotowane 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; ser Milandia 3 plastry 56 g; Sałata dekoracyjna 12 g; dżem 25 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2179.67 kcal; białko og.: 90.61 g; tł.: 77.88 g; węgl.og.: 290.19 g; węgl.przysw.: 264.73 g; kw.tł.nasyc.: 26.93 g; błonnik: 25.46 g; sól: 4.76 g; suma.cuk.prost.: 43.91 g;		
poniedziałek 2026-12-07	**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 60 g; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml; gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g; kasza gryczana na sypko 200 g; buraczki po Litewsku z olejem 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kiwi 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; ser Milandia 3 plastry 56 g; ogórek kiszony 100 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2130.74 kcal; białko og.: 93.56 g; tł.: 81.79 g; węgl.og.: 273.62 g; węgl.przysw.: 234.52 g; kw.tł.nasyc.: 27.35 g; błonnik: 37.01 g; sól: 6.99 g; suma.cuk.prost.: 59.09 g;		
poniedziałek 2026-12-07	**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; Pomidor 60 g; roszponka 10 g; jabłko 150 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; placki ziemniaczane z sosem jogurtowo-czosnkowym 3 szt; buraczki po Litewsku z olejem 130 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; dżem 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2435.31 kcal; białko og.: 79.92 g; tł.: 98.61 g; węgl.og.: 324.16 g; węgl.przysw.: 295.09 g; kw.tł.nasyc.: 39.23 g; błonnik: 26.98 g; sól: 5.42 g; suma.cuk.prost.: 69.81 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 2026-12-08	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Tartare 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml; medaliony z indyka pieczone w panierce 100 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 70 g; chleb razowy 35 g; masło 15g 82% 1 szt; pierś z kurczaka 2 plasterki. 40 g; twarożek z jogurtem 50 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** jaglanka z owocami saszetka 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2262.05 kcal; białko og.: 98.74 g; tł.: 87.76 g; węgl.og.: 284.22 g; węgl.przysw.: 255.8 g; kw.tł.nasyc.: 29.71 g; błonnik: 28.45 g; sól: 5.27 g; suma.cuk.prost.: 54.29 g;		
wtorek 2026-12-08	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Tartare 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml; sznycle z indyka mielone z natką gotowane 100 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; pierś z kurczaka 2 plasterki. 40 g; twarożek z jogurtem 50 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** jaglanka z owocami saszetka 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2269.97 kcal; białko og.: 102.88 g; tł.: 79.24 g; węgl.og.: 300.51 g; węgl.przysw.: 273.44 g; kw.tł.nasyc.: 31.23 g; błonnik: 27.09 g; sól: 5.02 g; suma.cuk.prost.: 53.55 g;		
wtorek 2026-12-08	**Jadłospis dla diety: D03 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow.**	
kakao 250 ml; chleb razowy 90. x 0 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Tartare 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml; sznycle z indyka mielone z natką gotowane 100 g; sos potrawkowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kefir 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; pierś z kurczaka 2 plasterki. 40 g; twarożek z jogurtem 50 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** jaglanka z owocami saszetka 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2166.75 kcal; białko og.: 102.5 g; tł.: 84.68 g; węgl.og.: 265.45 g; węgl.przysw.: 234.13 g; kw.tł.nasyc.: 31.31 g; błonnik: 31.35 g; sól: 4.94 g; suma.cuk.prost.: 54.85 g;		
wtorek 2026-12-08	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
kakao 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; pasta z 2 jaj z zieleniną 100 g; serek Tartare 1 szt; Sałata dekoracyjna 12 g; mandarynki 100 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g; surówka z marchewki i ananasa 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. 100 g; dżem 25 g; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** jaglanka z owocami saszetka 100 g; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2554.25 kcal; białko og.: 123.63 g; tł.: 97.28 g; węgl.og.: 308.89 g; węgl.przysw.: 284.41 g; kw.tł.nasyc.: 42.71 g; błonnik: 24.48 g; sól: 4.19 g; suma.cuk.prost.: 83.3 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 2026-12-09	**Jadłospis dla diety: D01 - Dieta podstawowa**	
herbata b/c 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb razowy 70 g; masło 15g 82% 1 szt; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; ketchup saszetka 1 szt; papryka kolorowa 100 g; skyr naturalny 150g 1 szt; ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml; łazanki zapiekane z kapustą, cebulką i pieczarkami 250 g; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 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; serek Haga 1 szt; Krakowska parzona drobiowa 50 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2039.58 kcal; białko og.: 76.29 g; tł.: 71.27 g; węgl.og.: 272.73 g; węgl.przysw.: 227.54 g; kw.tł.nasyc.: 23.39 g; błonnik: 28.27 g; sól: 5.41 g; suma.cuk.prost.: 42.93 g;		
środa 2026-12-09	**Jadłospis dla diety: D02 - Dieta łatwostrawna**	
herbata b/c 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; pomidor 100 g; skyr naturalny 150g 1 szt; ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml; sos boloński z mięsem i warzywami 180 g; makaron penne pszenny 160 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; serek Haga 1 szt; Krakowska parzona drobiowa 50 g; Sałata dekoracyjna 12 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2308.87 kcal; białko og.: 90.79 g; tł.: 77.75 g; węgl.og.: 307.75 g; węgl.przysw.: 268.17 g; kw.tł.nasyc.: 24.86 g; błonnik: 23.42 g; sól: 5.04 g; suma.cuk.prost.: 40.26 g;		
środa 2026-12-09	**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; parówki wysokogatunkowe drobiowe na ciepło 70 g; papryka kolorowa 100 g; jabłko 150 g; skyr naturalny 150g 1 szt; ;	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml; sos boloński z mięsem i warzywami 180 g; makaron razowy 160 g; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g; kompot z owocami 250 ml; ; **Podwieczorek:** kiwi 1 szt; ;	herbata b/c 250 ml; chleb razowy 90 g; masło 15g 82% 1 szt; serek Haga 1 szt; Krakowska parzona drobiowa 50 g; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2095.68 kcal; białko og.: 81.34 g; tł.: 74.35 g; węgl.og.: 280.25 g; węgl.przysw.: 225.81 g; kw.tł.nasyc.: 24.58 g; błonnik: 35.42 g; sól: 4.9 g; suma.cuk.prost.: 67.39 g;		
środa 2026-12-09	**Jadłospis dla diety: D19 - Dieta wegetariańska**	
herbata b/c 250 ml; bułka kajzerka 50g 1 szt; chleb pszenno-żytni 70 g; masło 15g 82% 1 szt; serek topiony 50 g; dżem 25 g; papryka kolorowa 100 g; jabłko 150 g; skyr naturalny 150g 1 szt; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; łazanki zapiekane z kapustą, cebulką i pieczarkami 250 g; surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; serek Haga. 3 szt; miód 25 g; Sałata dekoracyjna 12 g; pomidorki koktajlowe 40 g; ; **Posiłek nocny:** krążki ryżowe małe opakowania 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2175.26 kcal; białko og.: 67.38 g; tł.: 72.2 g; węgl.og.: 330.23 g; węgl.przysw.: 282.11 g; kw.tł.nasyc.: 30.19 g; błonnik: 27.79 g; sól: 4.57 g; suma.cuk.prost.: 73.2 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 2026-12-10	**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; dżem 25 g; twarożek z olejem lnianym 100 g; rzodkiewki 70 g; mandarynki 100 g; ;	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml; żeberko wieprzowe duszone w białej kapuście 150 g; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z pomidorów, papryki i ogórka kiszonego z czerwoną cebulką i dodatkiem oleju 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; wędlina drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2244.18 kcal; białko og.: 96.95 g; tł.: 94.84 g; węgl.og.: 265.63 g; węgl.przysw.: 237.08 g; kw.tł.nasyc.: 35.85 g; błonnik: 28.57 g; sól: 7.66 g; suma.cuk.prost.: 62.96 g;		
czwartek 2026-12-10	**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; dżem 25 g; twarożek z olejem lnianym 100 g; pomidorki koktajlowe. 60 g; mandarynki 100 g; ;	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml; bitka ze schabu duszona 100 g; sos pietruszkowy 50 ml; 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; masło 15g 82% 1 szt; wędlina drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2182.67 kcal; białko og.: 107.39 g; tł.: 71.5 g; węgl.og.: 291.05 g; węgl.przysw.: 265.64 g; kw.tł.nasyc.: 27.46 g; błonnik: 25.43 g; sól: 5.08 g; suma.cuk.prost.: 62.25 g;		
czwartek 2026-12-10	**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; twarożek z olejem lnianym 100 g; rzodkiewki 70 g; mandarynki 100 g; ;	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml; bitka ze schabu duszona 100 g; sos pietruszkowy 50 ml; ziemniaki z zieleniną 200 g; surówka z pomidorów, papryki i ogórka kiszonego z czerwoną cebulką i dodatkiem oleju 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; wędlina drobiowa 50 g; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2030.07 kcal; białko og.: 103.15 g; tł.: 75.49 g; węgl.og.: 252.95 g; węgl.przysw.: 219.47 g; kw.tł.nasyc.: 27.69 g; błonnik: 31.4 g; sól: 5.64 g; suma.cuk.prost.: 60.54 g;		
czwartek 2026-12-10	**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; dżem 25 g; twarożek z olejem lnianym 100 g; rzodkiewki 70 g; mandarynki 100 g; ;	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml; naleśniki na wytrawnie ze szpinakiem i fetą zapiekane w sosie serowym 250 g; surówka z pomidorów, papryki i ogórka kiszonego z czerwoną cebulką i dodatkiem oleju 130 g; kompot z owocami 250 ml; ;	herbata b/c 250 ml; chleb pszenno-żytni 140 g; masło 15g 82% 1 szt; pasztet sojowy 1 szt; ser Milandia 1 plaster 1 Por; pomidor 100 g; ; **Posiłek nocny:** kefir 1,5% 1 szt; ;
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2535.49 kcal; białko og.: 95.39 g; tł.: 111.58 g; węgl.og.: 300.44 g; węgl.przysw.: 275.64 g; kw.tł.nasyc.: 36.23 g; błonnik: 24.8 g; sól: 7.06 g; suma.cuk.prost.: 62.68 g;		

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