

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2259.19 kcal; Białko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 66.01 g; Węglowodany ogółem: 330.07 g; Wapń: 667.57 mg; Żelazo: 9.4 mg; Potas: 3592.87 mg; Sód: 6103.48 mg; Fosfor: 1377.84 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1402.35 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 84.99 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g; suma cukrów prostych: 68.25 g;			
wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa selerowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowa jarzynami DZ 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: sok kubaś 300 ml ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem DZ 50 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1924.95 kcal; Białko ogółem: 71.29 g; Tłuszcz: 53.77 g; Węglowodany ogółem: 298.47 g; Wapń: 575.58 mg; Żelazo: 8.22 mg; Potas: 3395.8 mg; Sód: 5277.56 mg; Fosfor: 1128.07 mg; Witamina D: .85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2886.62 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 84.5 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.7 g; Błonnik pokarmowy: 25.41 g; suma cukrów prostych: 80.72 g;			
wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1715.54 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 287.4 g; Wapń: 214.82 mg; Żelazo: 8.48 mg; Potas: 2943.01 mg; Sód: 2158.73 mg; Fosfor: 1050.72 mg; Witamina D: 2.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1162.03 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 80.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.16 g; suma cukrów prostych: 49.7 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), Twaróg z zieloną cebulką 50 g (MLE,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1792.36 kcal; Białko ogółem: 96.33 g; Tłuszcz: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 276.28 g; Wapń: 527.13 mg; Żelazo: 9.14 mg; Potas: 3355.98 mg; Sód: 2407.03 mg; Fosfor: 1380.69 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1218.37 ug; Witamina B6: 2.45 mg; Witamina C: 82.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.42 g; suma cukrów prostych: 20.35 g;			
wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twaróg z zieloną cebulką 50 g (MLE,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1983.87 kcal; Białko ogółem: 93.37 g; Tłuszcz: 61.85 g; Węglowodany ogółem: 266.33 g; Wapń: 620.39 mg; Żelazo: 12.87 mg; Potas: 3902.53 mg; Sód: 6217.47 mg; Fosfor: 1571.7 mg; Witamina D: 3.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1384.72 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 91.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.97 g; suma cukrów prostych: 30.38 g;			
wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka dr. dusz. faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1670.67 kcal; Białko ogółem: 58.28 g; Tłuszcz: 34.25 g; Węglowodany ogółem: 291.22 g; Wapń: 210.99 mg; Żelazo: 9.25 mg; Potas: 3498.26 mg; Sód: 1614.85 mg; Fosfor: 842.08 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1906.53 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 217.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.84 g; Błonnik pokarmowy: 37.44 g; suma cukrów prostych: 24.74 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), roladka dr. dusz. faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1664.77 kcal; Białko ogółem: 56.94 g; Tłuszcz: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 290.5 g; Wapń: 197.96 mg; Żelazo: 8.24 mg; Potas: 3049.09 mg; Sód: 1521.01 mg; Fosfor: 811.85 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1893.1 ug; Witamina B6: 2.15 mg; Witamina C: 187 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.71 g; Błonnik pokarmowy: 30.72 g; suma cukrów prostych: 54.25 g;			
wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2514.05 kcal; Białko ogółem: 113.82 g; Tłuszcz: 76.1 g; Węglowodany ogółem: 347.25 g; Wapń: 885.8 mg; Żelazo: 10.26 mg; Potas: 4275.73 mg; Sód: 6240.13 mg; Fosfor: 1737.11 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1697.78 ug; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 104.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; suma cukrów prostych: 69.13 g;			
wtorek 2026-04-21		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1942.08 kcal; Białko ogółem: 90.37 g; Tłuszcz: 47.29 g; Węglowodany ogółem: 295.3 g; Wapń: 215.59 mg; Żelazo: 9.76 mg; Potas: 3537.2 mg; Sód: 2268.75 mg; Fosfor: 1172.07 mg; Witamina D: 3.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2062.53 ug; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 107.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.18 g; suma cukrów prostych: 50.53 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-22		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.78 kcal; Białko ogółem: 100.12 g; Tłuszcz: 53.13 g; Węglowodany ogółem: 265.77 g; Wapń: 509.35 mg; Żelazo: 10.44 mg; Potas: 3945.43 mg; Sód: 2191.34 mg; Fosfor: 1512.84 mg; Witamina D: 3.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3285.6 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 89.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.88 g; Błonnik pokarmowy: 28.37 g; suma cukrów prostych: 24.02 g;			
środa 2026-04-22		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2014.08 kcal; Białko ogółem: 101.96 g; Tłuszcz: 67.15 g; Węglowodany ogółem: 255.48 g; Wapń: 602.69 mg; Żelazo: 13.2 mg; Potas: 4314.11 mg; Sód: 5439.05 mg; Fosfor: 1744.37 mg; Witamina D: 4.49 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2879.11 ug; Witamina B6: 3.09 mg; Witamina C: 111.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.9 g; Błonnik pokarmowy: 36.71 g; suma cukrów prostych: 27.37 g;			
środa 2026-04-22		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1939.85 kcal; Białko ogółem: 65.98 g; Tłuszcz: 48.51 g; Węglowodany ogółem: 318.56 g; Wapń: 235.26 mg; Żelazo: 11.21 mg; Potas: 3838.71 mg; Sód: 2711.42 mg; Fosfor: 1042.96 mg; Witamina D: 3.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3663.87 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 131.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.16 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; suma cukrów prostych: 21.45 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-22		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1933.95 kcal; Białko ogółem: 64.64 g; Tłuszcz: 47.17 g; Węglowodany ogółem: 317.84 g; Wapń: 222.23 mg; Żelazo: 10.2 mg; Potas: 3389.54 mg; Sód: 2705.1 mg; Fosfor: 1012.73 mg; Witamina D: 3.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3650.44 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 101.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.03 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; suma cukrów prostych: 50.96 g;		
środa 2026-04-22		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2442.63 kcal; Białko ogółem: 114.84 g; Tłuszcz: 76.31 g; Węglowodany ogółem: 327.92 g; Wapń: 911.53 mg; Żelazo: 11.15 mg; Potas: 4344.16 mg; Sód: 5650.37 mg; Fosfor: 1832.55 mg; Witamina D: 4.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3546.37 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 93.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.44 g; suma cukrów prostych: 67.43 g;		
środa 2026-04-22		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2170.87 kcal; Białko ogółem: 89.47 g; Tłuszcz: 62.2 g; Węglowodany ogółem: 318.53 g; Wapń: 238.36 mg; Żelazo: 11.29 mg; Potas: 3853.34 mg; Sód: 3134.82 mg; Fosfor: 1304.76 mg; Witamina D: 4.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3741.31 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 102.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.27 g; Błonnik pokarmowy: 31.84 g; suma cukrów prostych: 51.17 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-23		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Pulpety wołowe duszone. 70 g (<i>GLU, JAJ, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1946.09 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 40.2 g; Węglowodany ogółem: 310.47 g; Wapń: 444.68 mg; Żelazo: 12.53 mg; Potas: 3848.01 mg; Sód: 2240.9 mg; Fosfor: 1368.04 mg; Witamina D: 2.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1542.85 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 116.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.52 g; Błonnik pokarmowy: 30.6 g; suma cukrów prostych: 24.57 g;			
czwartek 2026-04-23		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Pulpety wołowe duszone. 70 g (<i>GLU, JAJ, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidora. 150 g (<i>MLE,</i>), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Parówka na gorąco. 150 g (<i>SOJ,</i>), keczup 15 g (<i>SOJ, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2389.26 kcal; Białko ogółem: 92.76 g; Tłuszcz: 90.37 g; Węglowodany ogółem: 305.68 g; Wapń: 558.57 mg; Żelazo: 16.28 mg; Potas: 4186.57 mg; Sód: 7293.37 mg; Fosfor: 1539.96 mg; Witamina D: 4.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1732.77 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 155.17 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.19 g; Błonnik pokarmowy: 39.56 g; suma cukrów prostych: 30.57 g;			
czwartek 2026-04-23		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 50 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Pulpety wołowe duszone-nerkowa. 50 g (<i>GLU, JAJ, MLE,</i>), Sos jarzynowy 80 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (<i>GLU, ORZ,</i>), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2159.15 kcal; Białko ogółem: 62 g; Tłuszcz: 50.78 g; Węglowodany ogółem: 374.05 g; Wapń: 273.08 mg; Żelazo: 13.16 mg; Potas: 4207.87 mg; Sód: 1558.72 mg; Fosfor: 1059.4 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1641.47 ug; Witamina B6: 2.54 mg; Witamina C: 243.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.57 g; Błonnik pokarmowy: 40.85 g; suma cukrów prostych: 28.84 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-23		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety wołowe duszone-nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Krokiety z ziemniaków-nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2153.25 kcal; Białko ogółem: 60.66 g; Tłuszcz: 49.44 g; Węglowodany ogółem: 373.33 g; Wapń: 260.05 mg; Żelazo: 12.15 mg; Potas: 3758.7 mg; Sód: 1552.4 mg; Fosfor: 1029.17 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1628.04 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 212.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.44 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; suma cukrów prostych: 58.35 g;			
czwartek 2026-04-23		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety wołowe duszone.(2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 3032.58 kcal; Białko ogółem: 126.76 g; Tłuszcz: 103.94 g; Węglowodany ogółem: 400.95 g; Wapń: 900.96 mg; Żelazo: 16.98 mg; Potas: 4592.5 mg; Sód: 7558.5 mg; Fosfor: 1848.38 mg; Witamina D: 5.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1849.22 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 123.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.84 g; suma cukrów prostych: 71.44 g;			
czwartek 2026-04-23		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpety wołowe duszone. 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2398.53 kcal; Białko ogółem: 84.56 g; Tłuszcz: 83.94 g; Węglowodany ogółem: 329.41 g; Wapń: 192.67 mg; Żelazo: 13.48 mg; Potas: 3294.09 mg; Sód: 3695.66 mg; Fosfor: 1106.47 mg; Witamina D: 4.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1667.84 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 104.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.74 g; Błonnik pokarmowy: 28.01 g; suma cukrów prostych: 53.29 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE), pomidory 40 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, MLE),</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Pulpet rybny duszony DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki DZ 190 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR), Podwieczorek: Ptasie mleczko DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), Sałatka z makaronu i szynki dieta DZ 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR), polędwica sop.wp 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1994.04 kcal; Białko ogółem: 72.38 g; Tłuszcz: 38.86 g; Węglowodany ogółem: 348.51 g; Wapń: 871.62 mg; Żelazo: 8.43 mg; Potas: 3658.78 mg; Sód: 4354.92 mg; Fosfor: 1173.55 mg; Witamina D: .98 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3073.66 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 105.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.76 g; Błonnik pokarmowy: 25.87 g; suma cukrów prostych: 118.03 g;</p>		
<p>piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika</p>		
<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Pulpet rybny duszony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR),</p>	<p>herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1812.87 kcal; Białko ogółem: 64.92 g; Tłuszcz: 25.33 g; Węglowodany ogółem: 342.73 g; Wapń: 260.76 mg; Żelazo: 9.28 mg; Potas: 3274.26 mg; Sód: 1694.96 mg; Fosfor: 833.8 mg; Witamina D: 2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3389.78 ug; Witamina B6: 2.03 mg; Witamina C: 111.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; suma cukrów prostych: 88.66 g;</p>		
<p>piątek 2026-04-24 Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i</p>		
<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), twaróg półtłusty 70 g (MLE), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ), kiełb szynkowa wp 30 g (SOJ), sałata zielona 15 g ,</p>	<p>Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Pulpet rybny duszony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki. 200 g , sałata zielona 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ),</p>	<p>Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE),</p>
<p>Wartości odżywcze: Energia kc: 1740.12 kcal; Białko ogółem: 81.69 g; Tłuszcz: 29.57 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; Wapń: 497.83 mg; Żelazo: 9.59 mg; Potas: 3435.18 mg; Sód: 2162.18 mg; Fosfor: 1104.55 mg; Witamina D: 2.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1654.81 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 111.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.03 g; suma cukrów prostych: 27.76 g;</p>		

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-04-24		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z ziel. pietr. 70 g (MLE,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny duszony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Buraczki z wody jako II jarzyna 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1821.53 kcal; Białko ogółem: 84.95 g; Tłuszcz: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 291.73 g; Wapń: 654.27 mg; Żelazo: 13.07 mg; Potas: 4023.14 mg; Sód: 5555.73 mg; Fosfor: 1378.09 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1752.86 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 120.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.21 g; Błonnik pokarmowy: 36.58 g; suma cukrów prostych: 39.91 g;			
piątek 2026-04-24		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny duszony- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1710.86 kcal; Białko ogółem: 54.07 g; Tłuszcz: 29.84 g; Węglowodany ogółem: 312.21 g; Wapń: 212.06 mg; Żelazo: 8.55 mg; Potas: 3018.95 mg; Sód: 1286.99 mg; Fosfor: 691.04 mg; Witamina D: 2.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1671.88 ug; Witamina B6: 1.65 mg; Witamina C: 200.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; suma cukrów prostych: 23.51 g;			
piątek 2026-04-24		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny duszony- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIE,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1790.46 kcal; Białko ogółem: 54.38 g; Tłuszcz: 28.9 g; Węglowodany ogółem: 338.79 g; Wapń: 250.53 mg; Żelazo: 8.59 mg; Potas: 3075.28 mg; Sód: 1362.17 mg; Fosfor: 711.81 mg; Witamina D: 2.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3452.95 ug; Witamina B6: 1.78 mg; Witamina C: 111.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 29.6 g; suma cukrów prostych: 88.27 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-04-24		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny duszony.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, GOR,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml ,jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2409.27 kcal; Białko ogółem: 97.77 g; Tłuszcz: 47.25 g; Węglowodany ogółem: 409.53 g; Wapń: 986.82 mg; Żelazo: 10.67 mg; Potas: 4267.21 mg; Sód: 5878.07 mg; Fosfor: 1407.25 mg; Witamina D: 2.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3613.96 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 131.18 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.35 g; Błonnik pokarmowy: 31.25 g; suma cukrów prostych: 109.51 g;			
piątek 2026-04-24		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet rybny duszony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka z makaronu i szynki dieta 120 g (GLU, JAJ, SOJ, GOR,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml ,jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1878.76 kcal; Białko ogółem: 71.87 g; Tłuszcz: 30.52 g; Węglowodany ogółem: 340.4 g; Wapń: 215.83 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 3488.51 mg; Sód: 1977.7 mg; Fosfor: 892.56 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3440.58 ug; Witamina B6: 2.38 mg; Witamina C: 109.75 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.67 g; suma cukrów prostych: 87.09 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa grysikowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1801.66 kcal; Białko ogółem: 77.59 g; Tłuszcz: 47.6 g; Węglowodany ogółem: 270.64 g; Wapń: 1026.01 mg; Żelazo: 8.75 mg; Potas: 3660.21 mg; Sód: 4864.76 mg; Fosfor: 1428.65 mg; Witamina D: .67 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 754.14 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 94.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.74 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g; suma cukrów prostych: 89.93 g;

sobota 2026-04-25**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,
--	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1548.75 kcal; Białko ogółem: 71.39 g; Tłuszcz: 23.19 g; Węglowodany ogółem: 268.35 g; Wapń: 402.54 mg; Żelazo: 9.56 mg; Potas: 3240.74 mg; Sód: 1778.08 mg; Fosfor: 1045.01 mg; Witamina D: 1.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 709.24 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 98.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.46 g; Błonnik pokarmowy: 21.37 g; suma cukrów prostych: 59.69 g;

sobota 2026-04-25**Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i**

Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , zielona pietruszka 1 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1571.52 kcal; Białko ogółem: 78.85 g; Tłuszcz: 25.21 g; Węglowodany ogółem: 263.6 g; Wapń: 474.49 mg; Żelazo: 10.98 mg; Potas: 3694.64 mg; Sód: 2177.74 mg; Fosfor: 1208.22 mg; Witamina D: 1.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 733.93 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 103.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; suma cukrów prostych: 34.55 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-25		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Ćwikła. 150 g (MLE,), brokuły z wody II jarzyna 80 g (GLU, SOJ, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1626.24 kcal; Białko ogółem: 79.91 g; Tłuszcz: 38.22 g; Węglowodany ogółem: 247.17 g; Wapń: 524.45 mg; Żelazo: 12.64 mg; Potas: 3988.16 mg; Sód: 5632.44 mg; Fosfor: 1427.83 mg; Witamina D: 2.53 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 985.72 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 163.2 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.71 g; Błonnik pokarmowy: 34.4 g; suma cukrów prostych: 32.59 g;			
sobota 2026-04-25		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1809.74 kcal; Białko ogółem: 54.56 g; Tłuszcz: 32.6 g; Węglowodany ogółem: 331.99 g; Wapń: 181.13 mg; Żelazo: 11.35 mg; Potas: 4269.91 mg; Sód: 4606.24 mg; Fosfor: 860.86 mg; Witamina D: 2.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 815.41 ug; Witamina B6: 2.6 mg; Witamina C: 221.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.36 g; suma cukrów prostych: 29.71 g;			
sobota 2026-04-25		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1812.84 kcal; Białko ogółem: 54.72 g; Tłuszcz: 31.56 g; Węglowodany ogółem: 339.67 g; Wapń: 213.1 mg; Żelazo: 11.24 mg; Potas: 4294.74 mg; Sód: 4680.92 mg; Fosfor: 875.63 mg; Witamina D: 2.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2595.98 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 127.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.95 g; Błonnik pokarmowy: 31.24 g; suma cukrów prostych: 76.92 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-04-25		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietana i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2158.77 kcal; Białko ogółem: 109.08 g; Tłuszcz: 53.05 g; Węglowodany ogółem: 316.37 g; Wapń: 1064.65 mg; Żelazo: 11.74 mg; Potas: 4512.98 mg; Sód: 5806.68 mg; Fosfor: 1814.51 mg; Witamina D: 2.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1004.21 ug; Witamina B6: 2.72 mg; Witamina C: 118.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.37 g; Błonnik pokarmowy: 23.81 g; suma cukrów prostych: 76.1 g;			
sobota 2026-04-25		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1651.72 kcal; Białko ogółem: 61.94 g; Tłuszcz: 31.95 g; Węglowodany ogółem: 290.89 g; Wapń: 199.7 mg; Żelazo: 10.12 mg; Potas: 3454.55 mg; Sód: 1927.78 mg; Fosfor: 867.79 mg; Witamina D: 2.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2581.84 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 93.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.17 g; Błonnik pokarmowy: 27.48 g; suma cukrów prostych: 75.95 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
---	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2394.19 kcal; Białko ogółem: 104.9 g; Tłuszcz: 77.52 g; Węglowodany ogółem: 326.4 g; Wapń: 645.97 mg; Żelazo: 11.81 mg; Potas: 4055.98 mg; Sód: 5385.55 mg; Fosfor: 1509.54 mg; Witamina D: 4.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1134.1 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 93.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g; suma cukrów prostych: 72.34 g;

niedziela 2026-04-26**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Rosół z makaronem DZ 200 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr.DZ 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 30 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2070.39 kcal; Białko ogółem: 89.64 g; Tłuszcz: 70.24 g; Węglowodany ogółem: 276.35 g; Wapń: 524.63 mg; Żelazo: 9.61 mg; Potas: 3495.52 mg; Sód: 5232.91 mg; Fosfor: 1286.37 mg; Witamina D: 1.61 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 997.99 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 86.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.11 g; Błonnik pokarmowy: 19.86 g; suma cukrów prostych: 76.75 g;

niedziela 2026-04-26**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Sałatka z buraczków i selera 150 g ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2004.62 kcal; Białko ogółem: 95.2 g; Tłuszcz: 54.33 g; Węglowodany ogółem: 288.38 g; Wapń: 263.21 mg; Żelazo: 11.28 mg; Potas: 3522.14 mg; Sód: 5251.19 mg; Fosfor: 1251.24 mg; Witamina D: 3.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 958.83 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 89.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.85 g; Błonnik pokarmowy: 23.34 g; suma cukrów prostych: 58.38 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-04-26		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 230 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2009.27 kcal; Białko ogółem: 102.26 g; Tłuszcz: 57.19 g; Węglowodany ogółem: 276.92 g; Wapń: 523.94 mg; Żelazo: 11.89 mg; Potas: 4026.76 mg; Sód: 5777.75 mg; Fosfor: 1448.04 mg; Witamina D: 3.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 988.96 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 105.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.41 g; suma cukrów prostych: 31.61 g;			
niedziela 2026-04-26		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany. 230 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2022.55 kcal; Białko ogółem: 97.74 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 255.69 g; Wapń: 502.77 mg; Żelazo: 11.96 mg; Potas: 4032.59 mg; Sód: 5662.39 mg; Fosfor: 1546.75 mg; Witamina D: 4.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1090.77 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 184.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.21 g; Błonnik pokarmowy: 33.92 g; suma cukrów prostych: 23 g;			
niedziela 2026-04-26		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica z ind 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Rosół z makaronem. 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), szynka got. wieprz. 40 g (<i>SOJ, ORZ, GOR,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.62 kcal; Białko ogółem: 64.55 g; Tłuszcz: 47.94 g; Węglowodany ogółem: 317.81 g; Wapń: 225.75 mg; Żelazo: 11.68 mg; Potas: 3611.35 mg; Sód: 6288.72 mg; Fosfor: 921.47 mg; Witamina D: 3.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1343.26 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 124.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.32 g; suma cukrów prostych: 28.06 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-04-26		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1916.72 kcal; Białko ogółem: 63.21 g; Tłuszcz: 46.6 g; Węglowodany ogółem: 317.09 g; Wapń: 212.72 mg; Żelazo: 10.67 mg; Potas: 3162.18 mg; Sód: 6282.4 mg; Fosfor: 891.24 mg; Witamina D: 3.43 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1329.83 ug; Witamina B6: 2.1 mg; Witamina C: 93.62 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.6 g; suma cukrów prostych: 57.57 g;		
niedziela 2026-04-26		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2485.69 kcal; Białko ogółem: 110.45 g; Tłuszcz: 79.77 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; Wapń: 846.97 mg; Żelazo: 12.11 mg; Potas: 4324.48 mg; Sód: 5885.44 mg; Fosfor: 1655.04 mg; Witamina D: 4.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1162.6 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 108.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g; suma cukrów prostych: 72.34 g;		
niedziela 2026-04-26		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Kurczak gotowany. 230 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2153.64 kcal; Białko ogółem: 88.04 g; Tłuszcz: 61.63 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; Wapń: 228.85 mg; Żelazo: 11.76 mg; Potas: 3625.98 mg; Sód: 6412.43 mg; Fosfor: 1183.27 mg; Witamina D: 4.17 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1420.7 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 94.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.26 g; Błonnik pokarmowy: 25.9 g; suma cukrów prostych: 57.78 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2486.18 kcal; Białko ogółem: 92.9 g; Tłuszcz: 91.1 g; Węglowodany ogółem: 324.67 g; Wapń: 706.84 mg; Żelazo: 11.45 mg; Potas: 3942.99 mg; Sód: 7079.57 mg; Fosfor: 1421 mg; Witamina D: 4.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3692.83 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 94.58 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.56 g; Błonnik pokarmowy: 27.27 g; suma cukrów prostych: 78.52 g;

poniedziałek 2026-04-27**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Galaretka owocowa DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Parówka na gorąco DZ 100 g (SOJ,), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,
--	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1977.18 kcal; Białko ogółem: 71.42 g; Tłuszcz: 71.96 g; Węglowodany ogółem: 262.72 g; Wapń: 646.1 mg; Żelazo: 8.63 mg; Potas: 3251.51 mg; Sód: 5914.24 mg; Fosfor: 1151.18 mg; Witamina D: 1.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2806.45 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 82.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.32 g; suma cukrów prostych: 75.12 g;

poniedziałek 2026-04-27**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1759.24 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 29.74 g; Węglowodany ogółem: 294.99 g; Wapń: 229.99 mg; Żelazo: 9.48 mg; Potas: 3375.79 mg; Sód: 1673 mg; Fosfor: 1148.31 mg; Witamina D: 2.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3412.59 ug; Witamina B6: 2.68 mg; Witamina C: 86.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 26.79 g; suma cukrów prostych: 54.39 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1848.48 kcal; Białko ogółem: 98.13 g; Tłuszcz: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 278.87 g; Wapń: 731.46 mg; Żelazo: 10.26 mg; Potas: 3761.62 mg; Sód: 2068.44 mg; Fosfor: 1507.48 mg; Witamina D: 2.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3532.72 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 90.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.39 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; suma cukrów prostych: 21.3 g;			
poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2527.58 kcal; Białko ogółem: 109.63 g; Tłuszcz: 102.5 g; Węglowodany ogółem: 292.21 g; Wapń: 1264.57 mg; Żelazo: 14.84 mg; Potas: 4555.37 mg; Sód: 7439.2 mg; Fosfor: 1999.78 mg; Witamina D: 4.22 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2156.94 ug; Witamina B6: 3.14 mg; Witamina C: 135.68 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.91 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; suma cukrów prostych: 40.3 g;			
poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1874.05 kcal; Białko ogółem: 64.68 g; Tłuszcz: 40.64 g; Węglowodany ogółem: 322.28 g; Wapń: 262.27 mg; Żelazo: 10.4 mg; Potas: 3611.97 mg; Sód: 2717.5 mg; Fosfor: 1000.41 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3922.76 ug; Witamina B6: 2.37 mg; Witamina C: 124.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.72 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; suma cukrów prostych: 24.26 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1876.25 kcal; Białko ogółem: 63.34 g; Tłuszcz: 39.3 g; Węglowodany ogółem: 323.56 g; Wapń: 249.26 mg; Żelazo: 9.39 mg; Potas: 3162.84 mg; Sód: 2711.18 mg; Fosfor: 970.18 mg; Witamina D: 3.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3909.33 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 93.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.59 g; Błonnik pokarmowy: 29.29 g; suma cukrów prostych: 55.77 g;			
poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona .(2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2712.99 kcal; Białko ogółem: 118.26 g; Tłuszcz: 96.12 g; Węglowodany ogółem: 344.25 g; Wapń: 918.55 mg; Żelazo: 12.99 mg; Potas: 4558.48 mg; Sód: 7588.34 mg; Fosfor: 1784.22 mg; Witamina D: 4.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3752.98 ug; Witamina B6: 3.1 mg; Witamina C: 109.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 78.69 g;			
poniedziałek 2026-04-27		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2082.3 kcal; Białko ogółem: 68.66 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 304.91 g; Wapń: 188.36 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3226.84 mg; Sód: 2746.2 mg; Fosfor: 917.87 mg; Witamina D: 3.03 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3383.85 ug; Witamina B6: 2.34 mg; Witamina C: 168.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.49 g; Błonnik pokarmowy: 29.7 g; suma cukrów prostych: 59.04 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony DZ. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biszkoty 20 g (GLU, JAJ, SOJ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1822.41 kcal; Białko ogółem: 72.09 g; Tłuszcz: 51.24 g; Węglowodany ogółem: 270.33 g; Wapń: 514.62 mg; Żelazo: 8.62 mg; Potas: 2976.06 mg; Sód: 5414.16 mg; Fosfor: 1105.17 mg; Witamina D: 1.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 823.56 ug; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 71.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.01 g; Błonnik pokarmowy: 17.58 g; suma cukrów prostych: 72.05 g;			
wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1725.4 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 292.79 g; Wapń: 207.09 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3102.93 mg; Sód: 2313.75 mg; Fosfor: 1024.72 mg; Witamina D: 2.58 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 853.1 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 82.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.06 g; Błonnik pokarmowy: 21.94 g; suma cukrów prostych: 55.9 g;			
wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1730.05 kcal; Białko ogółem: 81.64 g; Tłuszcz: 32.5 g; Węglowodany ogółem: 281.33 g; Wapń: 467.82 mg; Żelazo: 10.7 mg; Potas: 3607.55 mg; Sód: 2410.92 mg; Fosfor: 1221.52 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.23 ug; Witamina B6: 2.36 mg; Witamina C: 98.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.9 g; Błonnik pokarmowy: 25.01 g; suma cukrów prostych: 29.13 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Kalafior gotowany. 80 g , jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1869.95 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 51.72 g; Węglowodany ogółem: 272.19 g; Wapń: 507.87 mg; Żelazo: 12.85 mg; Potas: 3919 mg; Sód: 5815.48 mg; Fosfor: 1411.54 mg; Witamina D: 3.61 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1042.11 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 133.37 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.78 g; Błonnik pokarmowy: 33.49 g; suma cukrów prostych: 30.78 g;			
wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jabłka 200 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1981.65 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 354.28 g; Wapń: 184.71 mg; Żelazo: 10.69 mg; Potas: 3517.76 mg; Sód: 4965.47 mg; Fosfor: 817.6 mg; Witamina D: 2.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 873.97 ug; Witamina B6: 1.97 mg; Witamina C: 205.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.63 g; Błonnik pokarmowy: 35.53 g; suma cukrów prostych: 33.42 g;			
wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Makaron z jabłkami. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1997.7 kcal; Białko ogółem: 59.39 g; Tłuszcz: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 365.18 g; Wapń: 216.15 mg; Żelazo: 10.54 mg; Potas: 3523.13 mg; Sód: 4721.78 mg; Fosfor: 831.06 mg; Witamina D: 2.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2653.96 ug; Witamina B6: 2.07 mg; Witamina C: 109.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.59 g; Błonnik pokarmowy: 32.12 g; suma cukrów prostych: 85.16 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony.(2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2441.25 kcal; Białko ogółem: 115.65 g; Tłuszcz: 63.86 g; Węglowodany ogółem: 353.58 g; Wapń: 856.51 mg; Żelazo: 12.16 mg; Potas: 4328.43 mg; Sód: 6021.5 mg; Fosfor: 1748.51 mg; Witamina D: 4.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1188.99 ug; Witamina B6: 2.86 mg; Witamina C: 103.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.33 g; Błonnik pokarmowy: 23.5 g; suma cukrów prostych: 71.63 g;			
wtorek 2026-04-28		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1744.08 kcal; Białko ogółem: 64.04 g; Tłuszcz: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 304.13 g; Wapń: 202.98 mg; Żelazo: 10.1 mg; Potas: 3507.42 mg; Sód: 2391.53 mg; Fosfor: 906.59 mg; Witamina D: 2.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2603.51 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 97.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g; suma cukrów prostych: 76.36 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2288.84 kcal; Białko ogółem: 89.4 g; Tłuszcz: 61.44 g; Węglowodany ogółem: 351.64 g; Wapń: 680.02 mg; Żelazo: 10.62 mg; Potas: 3502.6 mg; Sód: 6088.94 mg; Fosfor: 1472.66 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3199.95 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 63.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.74 g; Błonnik pokarmowy: 27.55 g; suma cukrów prostych: 66.79 g;

środa 2026-04-29**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 40 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 40 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ, MLE,**),

Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany w sosie koperkowym.DZ 80 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (**GLU, ORZ,**), Marchew gotowana DZ 100 g (**GLU, MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
jogurt truskawkowy 150 g (**MLE,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 30 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1882.36 kcal; Białko ogółem: 73.66 g; Tłuszcz: 54.42 g; Węglowodany ogółem: 279.53 g; Wapń: 736.26 mg; Żelazo: 8.28 mg; Potas: 2797.68 mg; Sód: 5300.1 mg; Fosfor: 1262.31 mg; Witamina D: 1.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2376.76 ug; Witamina B6: 1.74 mg; Witamina C: 60.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.23 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; suma cukrów prostych: 60.97 g;

środa 2026-04-29**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), szynka got. wieprz. 50 g (**SOJ, ORZ, GOR,**), pomidory 50 g ,

Zupa ziemniaczana 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (**GLU, ORZ,**), Marchew gotowana. 150 g (**GLU,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), twaróg półtłusty 50 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica z ind 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1812.79 kcal; Białko ogółem: 73 g; Tłuszcz: 36.6 g; Węglowodany ogółem: 304.35 g; Wapń: 219.72 mg; Żelazo: 9.65 mg; Potas: 2848.42 mg; Sód: 2364.12 mg; Fosfor: 1097.34 mg; Witamina D: 2.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2945.16 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 59.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.43 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g; suma cukrów prostych: 50.08 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1817.44 kcal; Białko ogółem: 80.06 g; Tłuszcz: 39.46 g; Węglowodany ogółem: 292.89 g; Wapń: 480.45 mg; Żelazo: 10.26 mg; Potas: 3353.04 mg; Sód: 2461.29 mg; Fosfor: 1294.14 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2975.29 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 74.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.28 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g; suma cukrów prostych: 23.31 g;			
środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Surówka wielowarzywna. 150 g (GOR,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1957.71 kcal; Białko ogółem: 81.65 g; Tłuszcz: 57.08 g; Węglowodany ogółem: 287.38 g; Wapń: 583.42 mg; Żelazo: 12.33 mg; Potas: 3726.76 mg; Sód: 5960.5 mg; Fosfor: 1520.53 mg; Witamina D: 3.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2545.73 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 124.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.07 g; Błonnik pokarmowy: 38.49 g; suma cukrów prostych: 26.45 g;			
środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Przecier z jabłek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarską. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1883.35 kcal; Białko ogółem: 61.44 g; Tłuszcz: 48.17 g; Węglowodany ogółem: 312.55 g; Wapń: 233.21 mg; Żelazo: 10.75 mg; Potas: 3421.55 mg; Sód: 2325.65 mg; Fosfor: 985.83 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3856.39 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 117.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.71 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g; suma cukrów prostych: 21.68 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1877.45 kcal; Białko ogółem: 60.1 g; Tłuszcz: 46.83 g; Węglowodany ogółem: 311.83 g; Wapń: 220.18 mg; Żelazo: 9.74 mg; Potas: 2972.38 mg; Sód: 2319.33 mg; Fosfor: 955.6 mg; Witamina D: 3.57 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3842.96 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 86.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.58 g; Błonnik pokarmowy: 31.5 g; suma cukrów prostych: 51.19 g;			
środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2503.33 kcal; Białko ogółem: 110.51 g; Tłuszcz: 68.58 g; Węglowodany ogółem: 368 g; Wapń: 931.88 mg; Żelazo: 11.76 mg; Potas: 4084.99 mg; Sód: 6449.7 mg; Fosfor: 1777.09 mg; Witamina D: 4.41 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3270.05 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 80.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.33 g; suma cukrów prostych: 68.43 g;			
środa 2026-04-29		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1879.73 kcal; Białko ogółem: 67.51 g; Tłuszcz: 47.56 g; Węglowodany ogółem: 302.45 g; Wapń: 174.66 mg; Żelazo: 9.89 mg; Potas: 2850.99 mg; Sód: 2542.97 mg; Fosfor: 1019.45 mg; Witamina D: 3.88 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3068.58 ug; Witamina B6: 2.31 mg; Witamina C: 58.98 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.59 g; Błonnik pokarmowy: 26.48 g; suma cukrów prostych: 48.53 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-30		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), połudwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa wiejska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1835.72 kcal; Białko ogółem: 83.87 g; Tłuszcz: 37.24 g; Węglowodany ogółem: 293.97 g; Wapń: 448.9 mg; Żelazo: 9.14 mg; Potas: 2899.18 mg; Sód: 2120.55 mg; Fosfor: 1237.6 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 848.24 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 89.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g; suma cukrów prostych: 20.55 g;			
czwartek 2026-04-30		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa wiejska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (<i>MLE,</i>), Fasolka szparagowa z wody 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>),	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb graham 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1910.36 kcal; Białko ogółem: 83.07 g; Tłuszcz: 50.67 g; Węglowodany ogółem: 286.41 g; Wapń: 569.36 mg; Żelazo: 11.72 mg; Potas: 3327.12 mg; Sód: 5573.43 mg; Fosfor: 1467.11 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3131.05 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 84.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.73 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; suma cukrów prostych: 25.27 g;			
czwartek 2026-04-30		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), połędwica sop.wp 50 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), pomidory 50 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa wiejska 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym nerkowa 60 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Przecier z jablek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielbasa żywiecka dr 40 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2054.07 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 47.19 g; Węglowodany ogółem: 347.46 g; Wapń: 189.14 mg; Żelazo: 10.87 mg; Potas: 3117.66 mg; Sód: 3334.78 mg; Fosfor: 973.35 mg; Witamina D: 3.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1315.22 ug; Witamina B6: 2.23 mg; Witamina C: 132.55 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.9 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; suma cukrów prostych: 18.19 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-04-30		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym nerkowa 60 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2048.17 kcal; Białko ogółem: 65.48 g; Tłuszcz: 45.85 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; Wapń: 176.11 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 2668.49 mg; Sód: 3328.46 mg; Fosfor: 943.12 mg; Witamina D: 3.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1301.79 ug; Witamina B6: 2.13 mg; Witamina C: 101.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.77 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; suma cukrów prostych: 47.7 g;			
czwartek 2026-04-30		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2488.81 kcal; Białko ogółem: 117.01 g; Tłuszcz: 61.78 g; Węglowodany ogółem: 367.96 g; Wapń: 874.83 mg; Żelazo: 10.3 mg; Potas: 3674.45 mg; Sód: 6030.75 mg; Fosfor: 1773.25 mg; Witamina D: 3.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1117.18 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 94.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.08 g; Błonnik pokarmowy: 21.23 g; suma cukrów prostych: 64.54 g;			
czwartek 2026-04-30		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki drobiowe duszone w sosie koperkowym. 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2083.81 kcal; Białko ogółem: 73.22 g; Tłuszcz: 46.31 g; Węglowodany ogółem: 346.74 g; Wapń: 177.91 mg; Żelazo: 10 mg; Potas: 2807.09 mg; Sód: 3064.03 mg; Fosfor: 1029.52 mg; Witamina D: 3.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1303.95 ug; Witamina B6: 2.33 mg; Witamina C: 101.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.02 g; suma cukrów prostych: 47.7 g;			

Jadłospisy dla oddziałów