

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2212.93 kcal; Białko ogółem: 90.22 g; Tłuszcz: 57.33 g; Węglowodany ogółem: 341.21 g; Wapń: 732.53 mg; Żelazo: 10.33 mg; Potas: 3757.58 mg; Sód: 5978.3 mg; Fosfor: 1494.08 mg; Witamina D: 3.59 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3645.29 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 90.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.56 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; suma cukrów prostych: 71.69 g;			
poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Zupa neapolitanka z ryżem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), 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: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1833.85 kcal; Białko ogółem: 69.16 g; Tłuszcz: 48.54 g; Węglowodany ogółem: 286.34 g; Wapń: 583.88 mg; Żelazo: 8.16 mg; Potas: 3102.75 mg; Sód: 5303.18 mg; Fosfor: 1167.2 mg; Witamina D: .81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2875.2 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 84.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.05 g; Błonnik pokarmowy: 23.21 g; suma cukrów prostych: 76.81 g;			
poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 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- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1791.82 kcal; Białko ogółem: 76.14 g; Tłuszcz: 31.18 g; Węglowodany ogółem: 307.99 g; Wapń: 283.79 mg; Żelazo: 8.95 mg; Potas: 3096.19 mg; Sód: 5325.08 mg; Fosfor: 1072.4 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3402.13 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 86.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.81 g; suma cukrów prostych: 55.56 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. przysw. węglow. tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 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- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1788.37 kcal; Białko ogółem: 83.2 g; Tłuszcz: 34.04 g; Węglowodany ogółem: 294.53 g; Wapń: 544.5 mg; Żelazo: 9.56 mg; Potas: 3600.77 mg; Sód: 5422.25 mg; Fosfor: 1269.2 mg; Witamina D: 2.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3432.26 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 102.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.8 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; suma cukrów prostych: 26.79 g;			
poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. 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 , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Kalafior gotowany. 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,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1871.7 kcal; Białko ogółem: 84.15 g; Tłuszcz: 50.8 g; Węglowodany ogółem: 276.71 g; Wapń: 607.16 mg; Żelazo: 12.41 mg; Potas: 3898.73 mg; Sód: 5825.56 mg; Fosfor: 1488.39 mg; Witamina D: 3.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2156.67 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 154.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.68 g; Błonnik pokarmowy: 37.57 g; suma cukrów prostych: 27.48 g;			
poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D6 Z ograni. przysw. węglow. białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1951.39 kcal; Białko ogółem: 67.65 g; Tłuszcz: 41.14 g; Węglowodany ogółem: 339.99 g; Wapń: 281.38 mg; Żelazo: 11.51 mg; Potas: 4350.28 mg; Sód: 8582.76 mg; Fosfor: 1036.08 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3781.07 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 149.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.52 g; Błonnik pokarmowy: 38.22 g; suma cukrów prostych: 26.51 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1953.59 kcal; Białko ogółem: 66.31 g; Tłuszcz: 39.8 g; Węglowodany ogółem: 341.27 g; Wapń: 268.37 mg; Żelazo: 10.5 mg; Potas: 3901.15 mg; Sód: 8576.44 mg; Fosfor: 1005.85 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3767.64 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 118.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.5 g; suma cukrów prostych: 58.02 g;			
poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2430.13 kcal; Białko ogółem: 111.93 g; Tłuszcz: 61.51 g; Węglowodany ogółem: 363.99 g; Wapń: 943.56 mg; Żelazo: 11.27 mg; Potas: 4300.3 mg; Sód: 6152.63 mg; Fosfor: 1821.64 mg; Witamina D: 3.75 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3701.23 ug; Witamina B6: 2.85 mg; Witamina C: 105.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.37 g; Błonnik pokarmowy: 29.33 g; suma cukrów prostych: 71.88 g;			
poniedziałek 2026-05-11		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa neapolitańska z ryżem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1985.06 kcal; Białko ogółem: 70.59 g; Tłuszcz: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 344.16 g; Wapń: 270.02 mg; Żelazo: 10.63 mg; Potas: 3976.05 mg; Sód: 8605.29 mg; Fosfor: 1052.75 mg; Witamina D: 3.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3768.72 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 118.65 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.45 g; Błonnik pokarmowy: 31.59 g; suma cukrów prostych: 58.08 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-05-12		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,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), kielb szynkowa wp 30 g (SOJ,), sałata zielona 15 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kiszanej kapusty. 150 g , 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,), Pasta z parówki i twarogu z ziel. pietr. 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1674.17 kcal; Białko ogółem: 70.49 g; Tłuszcz: 47.03 g; Węglowodany ogółem: 249.04 g; Wapń: 567.7 mg; Żelazo: 11.66 mg; Potas: 3935.54 mg; Sód: 5607.91 mg; Fosfor: 1317.33 mg; Witamina D: 2.66 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2247.78 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 123.48 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.07 g; Błonnik pokarmowy: 37.89 g; suma cukrów prostych: 31.3 g;			
wtorek 2026-05-12		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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,), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 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 jablek b/c.- nerkowa. 150 ml ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1731.81 kcal; Białko ogółem: 48.75 g; Tłuszcz: 29.64 g; Węglowodany ogółem: 325.11 g; Wapń: 145.64 mg; Żelazo: 9.35 mg; Potas: 3982.33 mg; Sód: 1356.97 mg; Fosfor: 820.8 mg; Witamina D: 2.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 934.1 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 228.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.11 g; suma cukrów prostych: 21.58 g;			
wtorek 2026-05-12		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1734.91 kcal; Białko ogółem: 48.91 g; Tłuszcz: 28.6 g; Węglowodany ogółem: 332.79 g; Wapń: 177.61 mg; Żelazo: 9.24 mg; Potas: 4007.16 mg; Sód: 1431.65 mg; Fosfor: 835.57 mg; Witamina D: 2.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2714.67 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 134.27 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.19 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g; suma cukrów prostych: 68.79 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-05-12		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), poledwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii.(2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z ziel. pietr. 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2139.35 kcal; Białko ogółem: 97.54 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodany ogółem: 315.49 g; Wapń: 1071.72 mg; Żelazo: 9.82 mg; Potas: 4067.87 mg; Sód: 5371.64 mg; Fosfor: 1590.92 mg; Witamina D: 3.2 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1099.68 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 124.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.52 g; Błonnik pokarmowy: 22.29 g; suma cukrów prostych: 71.2 g;		
wtorek 2026-05-12		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), poledwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos koperkowy. 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pyzy ziemniaczane- nerkowa. 250 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1768.55 kcal; Białko ogółem: 55.07 g; Tłuszcz: 29.72 g; Węglowodany ogółem: 332.48 g; Wapń: 180.59 mg; Żelazo: 9.49 mg; Potas: 4108.73 mg; Sód: 1447.43 mg; Fosfor: 891.54 mg; Witamina D: 2.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2714.58 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 134 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.91 g; suma cukrów prostych: 68.7 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g , sałata zielona 15 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,), Bitki wołowe duszone w jarzynach DZ 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z pomidora DZ. 80 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: biszkopty 20 g (GLU, JAJ, SOJ,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pomid. i zieloną pietr. 50 g (MLE,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 40 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok kubaś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1708.18 kcal; Białko ogółem: 70 g; Tłuszcz: 37.64 g; Węglowodany ogółem: 284.77 g; Wapń: 546.14 mg; Żelazo: 10.18 mg; Potas: 3604.58 mg; Sód: 4824.47 mg; Fosfor: 1148.05 mg; Witamina D: 1.15 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2784.97 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 111.43 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.64 g; suma cukrów prostych: 88.6 g;			
środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe duszone w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1637.7 kcal; Białko ogółem: 73.07 g; Tłuszcz: 25.23 g; Węglowodany ogółem: 292.48 g; Wapń: 232.22 mg; Żelazo: 10.99 mg; Potas: 3628.58 mg; Sód: 1908.13 mg; Fosfor: 996.73 mg; Witamina D: 2.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2937.22 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 125.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.72 g; suma cukrów prostych: 70.28 g;			
środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe duszone w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora b/śmietany. 130 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1633.35 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 27.79 g; Węglowodany ogółem: 272.62 g; Wapń: 447.95 mg; Żelazo: 10.7 mg; Potas: 3659.2 mg; Sód: 1924.3 mg; Fosfor: 1148.53 mg; Witamina D: 2.28 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1173.35 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 204.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.93 g; Błonnik pokarmowy: 27.19 g; suma cukrów prostych: 25.81 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13		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 , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Bitki wołowe duszone w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidora. 150 g (MLE,), Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1650.28 kcal; Białko ogółem: 78.06 g; Tłuszcz: 35.06 g; Węglowodany ogółem: 262.08 g; Wapń: 529.31 mg; Żelazo: 13.02 mg; Potas: 4112.6 mg; Sód: 5482.48 mg; Fosfor: 1377.85 mg; Witamina D: 2.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1873.69 ug; Witamina B6: 2.66 mg; Witamina C: 220.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.49 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g; suma cukrów prostych: 30.21 g;			
środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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,), bitki wołowe duszone w jarzynach- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidorem- nerkowa. 130 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1645.53 kcal; Białko ogółem: 61.75 g; Tłuszcz: 30.38 g; Węglowodany ogółem: 300.2 g; Wapń: 236.29 mg; Żelazo: 11.94 mg; Potas: 4186.62 mg; Sód: 5466.06 mg; Fosfor: 889.22 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3737.85 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 180.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.31 g; suma cukrów prostych: 41.53 g;			
środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), bitki wołowe duszone w jarzynach- nerkowa. 70 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z pomidorem- nerkowa. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1639.63 kcal; Białko ogółem: 60.41 g; Tłuszcz: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; Wapń: 223.26 mg; Żelazo: 10.93 mg; Potas: 3737.45 mg; Sód: 5459.74 mg; Fosfor: 858.99 mg; Witamina D: 2.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3724.42 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 149.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.55 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; suma cukrów prostych: 71.04 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ), Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (MLE), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Bitki wołowe duszone w jarzynach(2.00 porcje) 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki. 200 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2195.41 kcal; Białko ogółem: 112.08 g; Tłuszcz: 48.92 g; Węglowodany ogółem: 340.4 g; Wapń: 904.2 mg; Żelazo: 14.94 mg; Potas: 4986.6 mg; Sód: 5980.58 mg; Fosfor: 1765.03 mg; Witamina D: 3.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3392.89 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 149.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.9 g; suma cukrów prostych: 87.21 g;		
środa 2026-05-13		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Bitki wołowe duszone w jarzynach 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ziemniaki. 200 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Galaretka jarska. 150 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1686.03 kcal; Białko ogółem: 68.77 g; Tłuszcz: 30.48 g; Węglowodany ogółem: 299.48 g; Wapń: 224.46 mg; Żelazo: 11.85 mg; Potas: 3887.45 mg; Sód: 2001.89 mg; Fosfor: 940.59 mg; Witamina D: 3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3728.82 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 149.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.24 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; suma cukrów prostych: 71.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-05-14		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.an.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>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), połudwica z ind 30 g (<i>GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i selera 150 g (<i>MLE,</i>), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</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 zielonym koperkiem 60 g (<i>MLE,</i>), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (<i>MLE,</i>), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1748.78 kcal; Białko ogółem: 83.18 g; Tłuszcz: 41 g; Węglowodany ogółem: 270.96 g; Wapń: 582.05 mg; Żelazo: 12.74 mg; Potas: 4847.82 mg; Sód: 5686.12 mg; Fosfor: 1536.25 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2666.54 ug; Witamina B6: 3.19 mg; Witamina C: 165.08 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.57 g; Błonnik pokarmowy: 40.6 g; suma cukrów prostych: 32.76 g;			
czwartek 2026-05-14		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z marchwi 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- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2000.74 kcal; Białko ogółem: 60.82 g; Tłuszcz: 36.68 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; Wapń: 198.36 mg; Żelazo: 10.79 mg; Potas: 4365.93 mg; Sód: 1787.65 mg; Fosfor: 914.18 mg; Witamina D: 2.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2659.46 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 231.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.09 g; Błonnik pokarmowy: 41 g; suma cukrów prostych: 28.86 g;			
czwartek 2026-05-14		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z marchwi i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>),	herbata z cukrem 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Makaron z jabłkami. 250 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2024.89 kcal; Białko ogółem: 60.93 g; Tłuszcz: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 380.95 g; Wapń: 229.82 mg; Żelazo: 10.63 mg; Potas: 4371.34 mg; Sód: 1862.09 mg; Fosfor: 927.64 mg; Witamina D: 2.42 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4439.45 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 135.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.04 g; Błonnik pokarmowy: 37.59 g; suma cukrów prostych: 82.6 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-05-14		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Żurek z ziemniakami 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 pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z marchwi i selera 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z zielonym koperkiem 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2355.16 kcal; Białko ogółem: 116.45 g; Tłuszcz: 55.2 g; Węglowodany ogółem: 355.19 g; Wapń: 1120.25 mg; Żelazo: 11.96 mg; Potas: 5347.95 mg; Sód: 6021.47 mg; Fosfor: 1901.44 mg; Witamina D: 3.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2868.78 ug; Witamina B6: 3.29 mg; Witamina C: 146.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.52 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; suma cukrów prostych: 75.17 g;		
czwartek 2026-05-14		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Żurek z ziemniakami 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 pomidorowy 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z marchwi i selera 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 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 , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2077.38 kcal; Białko ogółem: 67.84 g; Tłuszcz: 36.67 g; Węglowodany ogółem: 384.69 g; Wapń: 234.21 mg; Żelazo: 11.08 mg; Potas: 4489.66 mg; Sód: 1904.93 mg; Fosfor: 1004.41 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4453.46 ug; Witamina B6: 2.92 mg; Witamina C: 135.94 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.42 g; Błonnik pokarmowy: 37.69 g; suma cukrów prostych: 82.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE), pomidory 50 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE), sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2554.99 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 60.16 g; Węglowodany ogółem: 418.79 g; Wapń: 775.29 mg; Żelazo: 11.55 mg; Potas: 3907.15 mg; Sód: 6047.66 mg; Fosfor: 1439.21 mg; Witamina D: 3.92 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1897.42 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 114.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.16 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; suma cukrów prostych: 94.37 g;

piątek 2026-05-15**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 40 g , Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Klops rybny pieczony DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Ryż na sypko DZ. 120 g , Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR), Podwieczorek: Drożdżówka z dżemem 1 szt ,	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), Sałatka jarzynowa z jogurtem DZ 80 g (JAJ, MLE), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2032.3 kcal; Białko ogółem: 72.72 g; Tłuszcz: 51.09 g; Węglowodany ogółem: 327.09 g; Wapń: 595.34 mg; Żelazo: 8.81 mg; Potas: 2960.16 mg; Sód: 5119.32 mg; Fosfor: 1092.87 mg; Witamina D: 1.11 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1476.1 ug; Witamina B6: 1.79 mg; Witamina C: 88.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.46 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g; suma cukrów prostych: 82.72 g;

piątek 2026-05-15**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2117.42 kcal; Białko ogółem: 76.71 g; Tłuszcz: 40.48 g; Węglowodany ogółem: 370.35 g; Wapń: 285.17 mg; Żelazo: 10.57 mg; Potas: 3218.16 mg; Sód: 2232.29 mg; Fosfor: 1042.51 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1665.29 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 109.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.51 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; suma cukrów prostych: 76.66 g;

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-05-15		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ograni. przysw, węglow, tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 70 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2061.07 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 43.94 g; Węglowodany ogółem: 338.89 g; Wapń: 558.18 mg; Żelazo: 11.07 mg; Potas: 3713.84 mg; Sód: 2337.76 mg; Fosfor: 1278.71 mg; Witamina D: 2.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1702.72 ug; Witamina B6: 2.39 mg; Witamina C: 119.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.9 g; Błonnik pokarmowy: 34.55 g; suma cukrów prostych: 30.98 g;			
piątek 2026-05-15		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ograni. przysw. 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. kop. 70 g (MLE,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jabłka 200 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2110.15 kcal; Białko ogółem: 87.89 g; Tłuszcz: 53.92 g; Węglowodany ogółem: 327.52 g; Wapń: 688.28 mg; Żelazo: 13.5 mg; Potas: 3975.69 mg; Sód: 5885.64 mg; Fosfor: 1481.2 mg; Witamina D: 3.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2019.01 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 152.23 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.99 g; Błonnik pokarmowy: 41.94 g; suma cukrów prostych: 33.88 g;			
piątek 2026-05-15		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr. łatwo przysw. węglow. białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2055.84 kcal; Białko ogółem: 66.82 g; Tłuszcz: 48.88 g; Węglowodany ogółem: 348.4 g; Wapń: 289.4 mg; Żelazo: 11.01 mg; Potas: 3495.42 mg; Sód: 1805.8 mg; Fosfor: 986.55 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1790.72 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 135.09 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.67 g; Błonnik pokarmowy: 38.2 g; suma cukrów prostych: 27.15 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-05-15		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2134.54 kcal; Białko ogółem: 65.63 g; Tłuszcz: 47.64 g; Węglowodany ogółem: 368.58 g; Wapń: 282.89 mg; Żelazo: 10.15 mg; Potas: 3077.79 mg; Sód: 1799.98 mg; Fosfor: 962.32 mg; Witamina D: 3.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1777.79 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 109.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.88 g; suma cukrów prostych: 76.21 g;			
piątek 2026-05-15		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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,), Klops rybny pieczony.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem. 120 g (JAJ, MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2754.17 kcal; Białko ogółem: 110.93 g; Tłuszcz: 64.47 g; Węglowodany ogółem: 441.57 g; Wapń: 983.17 mg; Żelazo: 12.24 mg; Potas: 4207.32 mg; Sód: 6217.1 mg; Fosfor: 1615.57 mg; Witamina D: 4.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1949.58 ug; Witamina B6: 2.49 mg; Witamina C: 129.3 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.17 g; Błonnik pokarmowy: 33.71 g; suma cukrów prostych: 94.56 g;			
piątek 2026-05-15		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g , Filet drobiowy gotowany. 60 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ryż na sypko. 160 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z olejem. 120 g (JAJ,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2210.61 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 48.66 g; Węglowodany ogółem: 368.05 g; Wapń: 241.78 mg; Żelazo: 10.74 mg; Potas: 3435.93 mg; Sód: 2617.11 mg; Fosfor: 1101.79 mg; Witamina D: 3.68 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1759.36 ug; Witamina B6: 2.61 mg; Witamina C: 109.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.34 g; Błonnik pokarmowy: 31.85 g; suma cukrów prostych: 75.09 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2229.87 kcal; Białko ogółem: 86.59 g; Tłuszcz: 63.7 g; Węglowodany ogółem: 334.91 g; Wapń: 686.53 mg; Żelazo: 12.06 mg; Potas: 3861.84 mg; Sód: 5764.24 mg; Fosfor: 1274.74 mg; Witamina D: 3.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1698.01 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 110.28 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.69 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; suma cukrów prostych: 73.43 g;

sobota 2026-05-16**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny- żytni 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), polędwica sop.wp 40 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 40 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, MLE,**),

Zupa jarzynowa z makaronem DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany DZ 55 g , Sos jarzynowy DZ 60 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,**), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażane DZ 100 g (**GLU, MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
Herbatniki petitki 25 g (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,**),

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny- żytni 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- żytni 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 30 g (**SOJ,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1897.55 kcal; Białko ogółem: 69.69 g; Tłuszcz: 55.8 g; Węglowodany ogółem: 285.55 g; Wapń: 563.94 mg; Żelazo: 9.19 mg; Potas: 3140.47 mg; Sód: 5152.72 mg; Fosfor: 1019.25 mg; Witamina D: 1.09 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1471.44 ug; Witamina B6: 1.99 mg; Witamina C: 91.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.36 g; Błonnik pokarmowy: 20.72 g; suma cukrów prostych: 67 g;

sobota 2026-05-16**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), chleb pszenny- żytni 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), polędwica sop.wp 50 g (**GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,**), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,

Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,**), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (**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- żytni 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- żytni 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1749.78 kcal; Białko ogółem: 75.72 g; Tłuszcz: 30.99 g; Węglowodany ogółem: 296.78 g; Wapń: 280.75 mg; Żelazo: 11.45 mg; Potas: 3301.55 mg; Sód: 2087.09 mg; Fosfor: 1014 mg; Witamina D: 2.85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1435.76 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 106.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.11 g; Błonnik pokarmowy: 25.7 g; suma cukrów prostych: 58.74 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-05-16		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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- żytni 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- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1754.43 kcal; Białko ogółem: 82.78 g; Tłuszcz: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 285.32 g; Wapń: 541.48 mg; Żelazo: 12.06 mg; Potas: 3806.17 mg; Sód: 2184.26 mg; Fosfor: 1210.8 mg; Witamina D: 2.9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1465.89 ug; Witamina B6: 2.42 mg; Witamina C: 121.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.96 g; Błonnik pokarmowy: 28.77 g; suma cukrów prostych: 31.97 g;			
sobota 2026-05-16		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 , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jabłka 200 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Surówka z białej kapusty 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 mortadeli i twarogu z ziel. pietr. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1914.93 kcal; Białko ogółem: 79.03 g; Tłuszcz: 60.06 g; Węglowodany ogółem: 272.94 g; Wapń: 591.2 mg; Żelazo: 14.02 mg; Potas: 4111.02 mg; Sód: 5690.32 mg; Fosfor: 1331.71 mg; Witamina D: 3.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1658.48 ug; Witamina B6: 2.53 mg; Witamina C: 151.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.65 g; Błonnik pokarmowy: 37.32 g; suma cukrów prostych: 33.48 g;			
sobota 2026-05-16		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2290.31 kcal; Białko ogółem: 71.91 g; Tłuszcz: 73.58 g; Węglowodany ogółem: 347.37 g; Wapń: 298.21 mg; Żelazo: 14.68 mg; Potas: 4151.75 mg; Sód: 2599.66 mg; Fosfor: 1190.52 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2365.96 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 146.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.68 g; Błonnik pokarmowy: 39.93 g; suma cukrów prostych: 29.53 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-05-16		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), schab gotowany- nerkowa. 50 g , Sos jarzynowy 80 ml (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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2284.41 kcal; Białko ogółem: 70.57 g; Tłuszcz: 72.24 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Wapń: 285.18 mg; Żelazo: 13.67 mg; Potas: 3702.58 mg; Sód: 2593.34 mg; Fosfor: 1160.29 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2352.53 ug; Witamina B6: 2.69 mg; Witamina C: 115.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.55 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; suma cukrów prostych: 59.04 g;		
sobota 2026-05-16		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany(2.00 porcje) 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (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- żytni 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- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2400.32 kcal; Białko ogółem: 106.15 g; Tłuszcz: 68.52 g; Węglowodany ogółem: 346.76 g; Wapń: 896.71 mg; Żelazo: 12.97 mg; Potas: 4370.86 mg; Sód: 5870.85 mg; Fosfor: 1547.54 mg; Witamina D: 4.32 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1726.51 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 125.13 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.9 g; suma cukrów prostych: 73.43 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-05-16	Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), poledwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa jarzynowa z makaronem 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Schab gotowany 70 g , Sos jarzynowy 80 ml (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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Kasza gryczana z warzywami i sosem koperkowym- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2310.73 kcal; Białko ogółem: 75.24 g; Tłuszcz: 73.1 g; Węglowodany ogółem: 346.65 g; Wapń: 288.24 mg; Żelazo: 13.87 mg; Potas: 3782.76 mg; Sód: 2605.38 mg; Fosfor: 1202.73 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2352.53 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 115.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.9 g; Błonnik pokarmowy: 33.21 g; suma cukrów prostych: 59.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g, sałata zielona 15 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, 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2772.9 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 107.76 g; Węglowodany ogółem: 333.89 g; Wapń: 663.54 mg; Żelazo: 11.83 mg; Potas: 4128.34 mg; Sód: 6867.58 mg; Fosfor: 1682.89 mg; Witamina D: 5.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3508.48 ug; Witamina B6: 2.95 mg; Witamina C: 84.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; Błonnik pokarmowy: 25.43 g; suma cukrów prostych: 67.67 g;		
niedziela 2026-05-17 Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 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, sałata zielona 15 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, Marchew gotowana DZ 100 g (GLU, MLE), 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- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), Twaróg ze śmietaną i ziel kop. PN 40 g (MLE), Parówka na gorąco DZ 100 g (SOJ), keczup 10 g (SOJ, SEL, GOR), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2292.16 kcal; Białko ogółem: 98.47 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 279.9 g; Wapń: 532.25 mg; Żelazo: 9.42 mg; Potas: 3498.5 mg; Sód: 6213.16 mg; Fosfor: 1401.42 mg; Witamina D: 2.16 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2649.67 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 78.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.4 g; suma cukrów prostych: 72.89 g;		
niedziela 2026-05-17 Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), pomidory 50 g, sałata zielona 15 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, Marchew gotowana. 80 g (GLU), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR),	herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 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- żytni 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: 1924.65 kcal; Białko ogółem: 93.27 g; Tłuszcz: 49.29 g; Węglowodany ogółem: 281.07 g; Wapń: 221.95 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 3157.02 mg; Sód: 5217.85 mg; Fosfor: 1237.69 mg; Witamina D: 3.29 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2201.95 ug; Witamina B6: 2.44 mg; Witamina C: 76.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.87 g; suma cukrów prostych: 49.62 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-17		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	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 , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), 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- żytni 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- żytni 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: 1957.41 kcal; Białko ogółem: 101.18 g; Tłuszcz: 52.3 g; Węglowodany ogółem: 276.69 g; Wapń: 506.22 mg; Żelazo: 10.04 mg; Potas: 3845.39 mg; Sód: 5797.24 mg; Fosfor: 1456.43 mg; Witamina D: 3.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3298.21 ug; Witamina B6: 2.67 mg; Witamina C: 94.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.4 g; Błonnik pokarmowy: 27.31 g; suma cukrów prostych: 24.14 g;			
niedziela 2026-05-17		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,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	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 , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 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,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), keczup 15 g (SOJ, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2438.56 kcal; Białko ogółem: 112.72 g; Tłuszcz: 103.74 g; Węglowodany ogółem: 266.16 g; Wapń: 570.1 mg; Żelazo: 14.24 mg; Potas: 4331.96 mg; Sód: 7110.65 mg; Fosfor: 1721.37 mg; Witamina D: 5.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1198.8 ug; Witamina B6: 3.15 mg; Witamina C: 165.6 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.58 g; Błonnik pokarmowy: 35.98 g; suma cukrów prostych: 25.86 g;			
niedziela 2026-05-17		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	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 , 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- żytni 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- żytni 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: 1885.65 kcal; Białko ogółem: 63.49 g; Tłuszcz: 44.69 g; Węglowodany ogółem: 317.6 g; Wapń: 208.35 mg; Żelazo: 9.83 mg; Potas: 3430.48 mg; Sód: 6308.39 mg; Fosfor: 930.1 mg; Witamina D: 3.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3668.79 ug; Witamina B6: 2.28 mg; Witamina C: 113.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.94 g; Błonnik pokarmowy: 33.22 g; suma cukrów prostych: 20.6 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-05-17		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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 , 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- żytni 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- żytni 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: 1879.75 kcal; Białko ogółem: 62.15 g; Tłuszcz: 43.35 g; Węglowodany ogółem: 316.88 g; Wapń: 195.32 mg; Żelazo: 8.82 mg; Potas: 2981.31 mg; Sód: 6302.07 mg; Fosfor: 899.87 mg; Witamina D: 3.45 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3655.36 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 82.72 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.81 g; Błonnik pokarmowy: 26.5 g; suma cukrów prostych: 50.11 g;			
niedziela 2026-05-17		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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 , 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg ze śmietaną i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2849.55 kcal; Białko ogółem: 124.04 g; Tłuszcz: 109.86 g; Węglowodany ogółem: 342.41 g; Wapń: 860.49 mg; Żelazo: 11.92 mg; Potas: 4346.59 mg; Sód: 7223.17 mg; Fosfor: 1819.54 mg; Witamina D: 5.14 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3510.73 ug; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 96.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.4 g; suma cukrów prostych: 65.76 g;			
niedziela 2026-05-17		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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 , 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Parówka na gorąco. 150 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2394.99 kcal; Białko ogółem: 97.43 g; Tłuszcz: 94.73 g; Węglowodany ogółem: 289.51 g; Wapń: 195.43 mg; Żelazo: 10.89 mg; Potas: 3443.67 mg; Sód: 6989.44 mg; Fosfor: 1221.77 mg; Witamina D: 4.96 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3368.85 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 76.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.2 g; suma cukrów prostych: 49.03 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-05-18		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,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos koperkowy. 30 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z marchwi i jabłka. 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 z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posilek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1846.58 kcal; Białko ogółem: 86.4 g; Tłuszcz: 49.23 g; Węglowodany ogółem: 273.55 g; Wapń: 841.87 mg; Żelazo: 12.41 mg; Potas: 4328.73 mg; Sód: 5818.64 mg; Fosfor: 1601.2 mg; Witamina D: 2.72 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3088.8 ug; Witamina B6: 2.58 mg; Witamina C: 172.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.14 g; suma cukrów prostych: 32.85 g;			
poniedziałek 2026-05-18		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Pulpet drobiowy duszony- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos koperkowy. 30 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1809.32 kcal; Białko ogółem: 53.39 g; Tłuszcz: 29.6 g; Węglowodany ogółem: 343 g; Wapń: 212.47 mg; Żelazo: 10.51 mg; Potas: 4301.39 mg; Sód: 4618.75 mg; Fosfor: 857.76 mg; Witamina D: 2.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3057.39 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 232.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.06 g; Błonnik pokarmowy: 38.47 g; suma cukrów prostych: 29.88 g;			
poniedziałek 2026-05-18		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Potrawka z kurczaka got - nerkowa. 100 g (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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posilek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1847.46 kcal; Białko ogółem: 56.02 g; Tłuszcz: 33.85 g; Węglowodany ogółem: 345.47 g; Wapń: 249.07 mg; Żelazo: 10.54 mg; Potas: 4417.01 mg; Sód: 4939.62 mg; Fosfor: 908.21 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4927.63 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 140.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.91 g; Błonnik pokarmowy: 35.7 g; suma cukrów prostych: 77.42 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-05-18		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE),	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Pulpet drobiowy duszony.(2.00 porcje) 60 g (GLU, JAJ, MLE), Sos koperkowy. 30 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2385.84 kcal; Białko ogółem: 108.93 g; Tłuszcz: 49.48 g; Węglowodany ogółem: 390.43 g; Wapń: 955.58 mg; Żelazo: 11.23 mg; Potas: 4914.13 mg; Sód: 5931.61 mg; Fosfor: 1707.11 mg; Witamina D: 2.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4788.35 ug; Witamina B6: 3.05 mg; Witamina C: 126.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.65 g; Błonnik pokarmowy: 32.57 g; suma cukrów prostych: 92.96 g;		
poniedziałek 2026-05-18		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa pomidorowa z ryżem II. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), Potrawka z kurczaka got. 130 g (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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), Barszcz z ziemniakami nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubuś 300 ml , jabłka 200 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1971.99 kcal; Białko ogółem: 71.09 g; Tłuszcz: 40.45 g; Węglowodany ogółem: 347.91 g; Wapń: 257.82 mg; Żelazo: 11.23 mg; Potas: 4675.5 mg; Sód: 5153.93 mg; Fosfor: 1054.18 mg; Witamina D: 2.94 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 5072.86 ug; Witamina B6: 3 mg; Witamina C: 140.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.84 g; Błonnik pokarmowy: 35.96 g; suma cukrów prostych: 78.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-05-19		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny- żytni 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona cebulka 1 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z jarzynami. 80 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 1751.61 kcal; Białko ogółem: 89.35 g; Tłuszcz: 35.64 g; Węglowodany ogółem: 274.12 g; Wapń: 495.63 mg; Żelazo: 12.16 mg; Potas: 3599.98 mg; Sód: 2760.45 mg; Fosfor: 1356.68 mg; Witamina D: 2.89 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1060.5 ug; Witamina B6: 2.48 mg; Witamina C: 85.41 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.27 g; Błonnik pokarmowy: 25.45 g; suma cukrów prostych: 25.52 g;			
wtorek 2026-05-19		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,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twaróg z zieloną cebulką 50 g (MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 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,), połędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 1872.21 kcal; Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz: 57.1 g; Węglowodany ogółem: 258.46 g; Wapń: 558.16 mg; Żelazo: 14.92 mg; Potas: 3954.57 mg; Sód: 5956.78 mg; Fosfor: 1571.51 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1243.46 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 97.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.06 g; Błonnik pokarmowy: 36.37 g; suma cukrów prostych: 27.03 g;			
wtorek 2026-05-19		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU, MLE,), 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- żytni 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 , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2052.87 kcal; Białko ogółem: 60.39 g; Tłuszcz: 53.18 g; Węglowodany ogółem: 341.95 g; Wapń: 272.1 mg; Żelazo: 12.88 mg; Potas: 3981.33 mg; Sód: 4738.78 mg; Fosfor: 984.82 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 973.74 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 212.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.6 g; suma cukrów prostych: 32.1 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-05-19		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z jarzynami- nerkowa. 60 g (GLU, MLE,), 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- żytni 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 , 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: 2046.97 kcal; Białko ogółem: 59.05 g; Tłuszcz: 51.84 g; Węglowodany ogółem: 341.23 g; Wapń: 259.07 mg; Żelazo: 11.87 mg; Potas: 3532.16 mg; Sód: 4732.46 mg; Fosfor: 954.59 mg; Witamina D: 2.95 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 960.31 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 181.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.75 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g; suma cukrów prostych: 61.61 g;		
wtorek 2026-05-19		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Kasza manna na mleku w proszku 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z jarzynami.(2.00 porcje) 80 g (GLU, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 2409.77 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 72.95 g; Węglowodany ogółem: 340.34 g; Wapń: 821.21 mg; Żelazo: 13.29 mg; Potas: 4369.82 mg; Sód: 6068.34 mg; Fosfor: 1641.82 mg; Witamina D: 4.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1506.63 ug; Witamina B6: 2.87 mg; Witamina C: 106.56 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.1 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g; suma cukrów prostych: 70.71 g;		
wtorek 2026-05-19		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa góraska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,), Zraz wieprzowy dusz. zawijany z jarzynami. 80 g (GLU, MLE,), 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- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 1869.93 kcal; Białko ogółem: 72.04 g; Tłuszcz: 51.85 g; Węglowodany ogółem: 285.44 g; Wapń: 189.19 mg; Żelazo: 11.52 mg; Potas: 3194.1 mg; Sód: 5686.51 mg; Fosfor: 1031 mg; Witamina D: 3.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1140.44 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 82.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.79 g; Błonnik pokarmowy: 24.19 g; suma cukrów prostych: 55.09 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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- żytni 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- żytni 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: 2260.99 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 66.03 g; Węglowodany ogółem: 330.39 g; Wapń: 670.27 mg; Żelazo: 9.47 mg; Potas: 3607.94 mg; Sód: 6103.93 mg; Fosfor: 1380.21 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1423.95 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 86.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.04 g; suma cukrów prostych: 68.26 g;

środa 2026-05-20**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ), pomidory 40 g , sałata zielona 15 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- żytni 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 , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 1926.75 kcal; Białko ogółem: 71.45 g; Tłuszcz: 53.79 g; Węglowodany ogółem: 298.8 g; Wapń: 578.28 mg; Żelazo: 8.3 mg; Potas: 3410.87 mg; Sód: 5278.01 mg; Fosfor: 1130.44 mg; Witamina D: .85 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2908.22 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 85.96 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g; suma cukrów prostych: 80.73 g;

środa 2026-05-20**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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- żytni 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- żytni 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: 1717.34 kcal; Białko ogółem: 79.01 g; Tłuszcz: 29.77 g; Węglowodany ogółem: 287.73 g; Wapń: 217.52 mg; Żelazo: 8.56 mg; Potas: 2958.08 mg; Sód: 2159.18 mg; Fosfor: 1053.08 mg; Witamina D: 2.4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1183.63 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 81.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g; suma cukrów prostych: 49.71 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-20		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogran.łat.przysw, węglow,tłuszczu i	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny- żytni 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), Twaróg z zieloną cebulką 50 g (<i>MLE,</i>),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 10 g (<i>MLE,</i>), twaróg półtłusty 60 g (<i>MLE,</i>), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 1794.16 kcal; Białko ogółem: 96.49 g; Tłuszcz: 35.08 g; Węglowodany ogółem: 276.61 g; Wapń: 529.83 mg; Żelazo: 9.22 mg; Potas: 3371.06 mg; Sód: 2407.48 mg; Fosfor: 1383.05 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1239.97 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 84.44 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.04 g; Błonnik pokarmowy: 24.58 g; suma cukrów prostych: 20.36 g;			
środa 2026-05-20		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>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE,</i>), Twaróg z zieloną cebulką 50 g (<i>MLE,</i>),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), Roladka dr. duszona faszerowana jarzynami. 80 g (<i>GLU, MLE,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona z jogurtem naturalnym. 60 g (<i>MLE,</i>), Buraczki z wody jako II jarzyna 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 parówki i twarogu z koperkiem 60 g (<i>SOJ, MLE,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 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: 1985.67 kcal; Białko ogółem: 93.53 g; Tłuszcz: 61.88 g; Węglowodany ogółem: 266.66 g; Wapń: 623.09 mg; Żelazo: 12.95 mg; Potas: 3917.6 mg; Sód: 6217.92 mg; Fosfor: 1574.06 mg; Witamina D: 3.63 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1406.32 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 93.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 34.13 g; suma cukrów prostych: 30.39 g;			
środa 2026-05-20		Jadłospis dla diety: D6 Z ogr.łatwo przys.węglow.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (<i>GLU, SEL, GOR,</i>), chleb pszenny- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), kielb szynkowa wp 50 g (<i>SOJ,</i>), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,</i>),	Zupa selerowa z makaronem 350 ml (<i>GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, GRZ,</i>), roladka dr. dusz. faszerowana jarzynami- nerkowa. 60 g (<i>GLU,</i>), Sos pomidorowy 30 ml (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, GRZ,</i>), Ziemniaki. 200 g , Sałata zielona. 60 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- żytni 100 g (<i>GLU, JAJ, SOJ,</i>), margaryna śniadaniowa 15 g (<i>MLE,</i>), Galaretką jarska. 150 g (<i>GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,</i>), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1705.11 kcal; Białko ogółem: 60.35 g; Tłuszcz: 34.46 g; Węglowodany ogółem: 297.3 g; Wapń: 213.69 mg; Żelazo: 9.33 mg; Potas: 3513.33 mg; Sód: 1615.3 mg; Fosfor: 844.45 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1928.13 ug; Witamina B6: 2.26 mg; Witamina C: 219.36 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.6 g; suma cukrów prostych: 24.75 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-05-20			Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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- żytni 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: 1699.21 kcal; Białko ogółem: 59.01 g; Tłuszcz: 33.12 g; Węglowodany ogółem: 296.58 g; Wapń: 200.66 mg; Żelazo: 8.32 mg; Potas: 3064.16 mg; Sód: 1521.46 mg; Fosfor: 814.22 mg; Witamina D: 2.35 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1914.7 ug; Witamina B6: 2.16 mg; Witamina C: 188.47 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.72 g; Błonnik pokarmowy: 30.88 g; suma cukrów prostych: 54.26 g;					
środa 2026-05-20			Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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- żytni 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- żytni 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: 2515.85 kcal; Białko ogółem: 113.97 g; Tłuszcz: 76.12 g; Węglowodany ogółem: 347.57 g; Wapń: 888.5 mg; Żelazo: 10.33 mg; Potas: 4290.8 mg; Sód: 6240.58 mg; Fosfor: 1739.48 mg; Witamina D: 3.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1719.38 ug; Witamina B6: 3.02 mg; Witamina C: 106.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.48 g; Błonnik pokarmowy: 25.85 g; suma cukrów prostych: 69.14 g;					
środa 2026-05-20			Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna		
herbata z cukrem 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 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- żytni 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- żytni 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: 1943.88 kcal; Białko ogółem: 90.52 g; Tłuszcz: 47.31 g; Węglowodany ogółem: 295.62 g; Wapń: 218.29 mg; Żelazo: 9.83 mg; Potas: 3552.27 mg; Sód: 2269.2 mg; Fosfor: 1174.44 mg; Witamina D: 3.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2084.13 ug; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 108.87 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.72 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 50.54 g;					

Jadłospisy dla oddziałów