

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Herbata b/c 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,), ogórek świeży 50 g , rzodkiew 50 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kurczak pieczony. 220 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy 25 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , kiełb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , rukola 10 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: 2678.36 kcal; Białko ogółem: 123.6 g; Tłuszcz: 103.48 g; Węglowodany ogółem: 320.86 g; Wapń: 1068.1 mg; Żelazo: 12.16 mg; Potas: 4713.43 mg; Sód: 3749.48 mg; Fosfor: 1942.01 mg; Witamina D: 5.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1148.68 ug; Witamina B6: 2.98 mg; Witamina C: 154.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; suma cukrów prostych: 47.7 g;		
niedziela 2026-06-21		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Herbata b/c 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,), ogórek świeży 40 g , rzodkiew 40 g , Ryż na mleku w proszku DZ 200 ml (MLE,),	Rosół z makaronem DZ 200 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kurczak pieczony. 220 g (GLU,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej DZ 100 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 150 g , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), jaja 1 szt (JAJ,), Sos majonezowy DZ 20 ml (JAJ, MLE, GOR, SO2,), zielona cebulka 1 g , kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , rukola 10 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: 2284.68 kcal; Białko ogółem: 107.33 g; Tłuszcz: 90.83 g; Węglowodany ogółem: 266.06 g; Wapń: 943.25 mg; Żelazo: 10.15 mg; Potas: 4103.97 mg; Sód: 2846.52 mg; Fosfor: 1699.17 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1017.24 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 128.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.88 g; Błonnik pokarmowy: 20.94 g; suma cukrów prostych: 52.79 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica 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,), Ziemniaki. 200 g , Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2502.61 kcal; Białko ogółem: 115.74 g; Tłuszcz: 87.2 g; Węglowodany ogółem: 322.5 g; Wapń: 1052.11 mg; Żelazo: 12.56 mg; Potas: 4781.05 mg; Sód: 3350.12 mg; Fosfor: 1812.43 mg; Witamina D: 4.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1228.37 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 112.35 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g; suma cukrów prostych: 56.28 g;			
niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), połędwica 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,), Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Ziemniaki DZ 190 g , Sałatka z buraczków i selera DZ 100 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 150 g , Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), 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,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 30 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2162.01 kcal; Białko ogółem: 100.39 g; Tłuszcz: 79.8 g; Węglowodany ogółem: 268.34 g; Wapń: 930.12 mg; Żelazo: 10.27 mg; Potas: 4177 mg; Sód: 2379.12 mg; Fosfor: 1586.51 mg; Witamina D: 1.7 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1090.89 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 101.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.61 g; Błonnik pokarmowy: 21.97 g; suma cukrów prostych: 59.66 g;			
niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połędwica 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,), Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtusty 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: 2114.49 kcal; Białko ogółem: 106.09 g; Tłuszcz: 64.03 g; Węglowodany ogółem: 284.78 g; Wapń: 670.45 mg; Żelazo: 12.05 mg; Potas: 4252.53 mg; Sód: 3216.02 mg; Fosfor: 1554.75 mg; Witamina D: 3.38 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1053.19 ug; Witamina B6: 2.64 mg; Witamina C: 108.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.36 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; suma cukrów prostych: 42.42 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-06-21		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,), Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), 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: 2005.67 kcal; Białko ogółem: 102.29 g; Tłuszcz: 57.19 g; Węglowodany ogółem: 275.84 g; Wapń: 521.33 mg; Żelazo: 11.86 mg; Potas: 4020.59 mg; Sód: 3173.78 mg; Fosfor: 1446.63 mg; Witamina D: 3.33 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1001.86 ug; Witamina B6: 2.59 mg; Witamina C: 106.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.7 g; Błonnik pokarmowy: 26.33 g; suma cukrów prostych: 31.34 g;			
niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: KIWI 1 szt ,	Rosół z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty czerwonej świeżej 150 g , 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,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1945.95 kcal; Białko ogółem: 97.19 g; Tłuszcz: 70.55 g; Węglowodany ogółem: 236.95 g; Wapń: 494.32 mg; Żelazo: 11.49 mg; Potas: 3830.78 mg; Sód: 3055.5 mg; Fosfor: 1532.2 mg; Witamina D: 4.24 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1097.83 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 172.74 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g; suma cukrów prostych: 18.2 g;			
niedziela 2026-06-21		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,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), 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,), Galaretką jarska. 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, 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: 1851.13 kcal; Białko ogółem: 67.74 g; Tłuszcz: 48.97 g; Węglowodany ogółem: 295.41 g; Wapń: 253.43 mg; Żelazo: 12.15 mg; Potas: 3817.6 mg; Sód: 3262.81 mg; Fosfor: 936.33 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1753.59 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 146.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.73 g; suma cukrów prostych: 29.25 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.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 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,), Kurczak gotowany- nerkowa. 75 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarską. 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, 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: 1774.71 kcal; Białko ogółem: 66.93 g; Tłuszcz: 48.2 g; Węglowodany ogółem: 277.01 g; Wapń: 244.49 mg; Żelazo: 11.55 mg; Potas: 3556.64 mg; Sód: 3019.08 mg; Fosfor: 918.28 mg; Witamina D: 3.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1744.5 ug; Witamina B6: 2.24 mg; Witamina C: 128.71 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.41 g; Błonnik pokarmowy: 30.85 g; suma cukrów prostych: 28.25 g;		
niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica 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,), Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), 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,), szynka got. wieprz. 40 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2595.56 kcal; Białko ogółem: 121.35 g; Tłuszcz: 89.47 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; Wapń: 1254.21 mg; Żelazo: 12.88 mg; Potas: 5054.87 mg; Sód: 3420.88 mg; Fosfor: 1958.55 mg; Witamina D: 4.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1256.96 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 127.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.28 g; Błonnik pokarmowy: 27.35 g; suma cukrów prostych: 56.38 g;		
niedziela 2026-06-21		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica 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,), Kurczak gotowany. 230 g (SEL,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków i selera 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarską. 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, 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: 2012.5 kcal; Białko ogółem: 91.8 g; Tłuszcz: 63.24 g; Węglowodany ogółem: 277.88 g; Wapń: 261.28 mg; Żelazo: 12.65 mg; Potas: 4023.63 mg; Sód: 3149.27 mg; Fosfor: 1210.68 mg; Witamina D: 4.36 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1835.42 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 129.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.19 g; suma cukrów prostych: 28.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2352.61 kcal; Białko ogółem: 111.91 g; Tłuszcz: 64.42 g; Węglowodany ogółem: 337.84 g; Wapń: 1172.62 mg; Żelazo: 11.87 mg; Potas: 4983.93 mg; Sód: 3145.64 mg; Fosfor: 1840.8 mg; Witamina D: 4.19 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4349.05 ug; Witamina B6: 3.22 mg; Witamina C: 121.79 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.12 g; Błonnik pokarmowy: 32.1 g; suma cukrów prostych: 53.28 g;

poniedziałek 2026-06-22**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Herbata b/c 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 koperkowa z makaronem DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,**), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (**GLU, JAJ, MLE,**), Sos jarzynowy DZ 60 ml (**GLU, SEL,**), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (**MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),
Podwieczorek:
Galaretka owocowa DZ 200 ml (**GLU, JAJ, SOJ, MLE,**),

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (**GLU, MLE,**), chleb pszenny- żytni 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. DZ 80 g (**JAJ, MLE, SEL,**), Schab gotowany DZ 55 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny- żytni 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (**MLE,**), pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1890.15 kcal; Białko ogółem: 88.89 g; Tłuszcz: 55.34 g; Węglowodany ogółem: 264.97 g; Wapń: 1011.74 mg; Żelazo: 9.27 mg; Potas: 4109.35 mg; Sód: 2551.6 mg; Fosfor: 1504.09 mg; Witamina D: 1.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3341.12 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 104.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.03 g; Błonnik pokarmowy: 25.05 g; suma cukrów prostych: 46.32 g;

poniedziałek 2026-06-22**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

Herbata b/c 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 koperkowa z makaronem. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,**), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (**GLU, JAJ, MLE,**), Sos jarzynowy 80 ml (**GLU, SEL,**), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (**MLE,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (**GLU, MLE,**), chleb pszenny- żytni 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny- żytni 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (**MLE,**), pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1871.34 kcal; Białko ogółem: 93.77 g; Tłuszcz: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 280.02 g; Wapń: 689.85 mg; Żelazo: 9.87 mg; Potas: 3859.22 mg; Sód: 2901.46 mg; Fosfor: 1392.82 mg; Witamina D: 2.86 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3485.56 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 91.51 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.83 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g; suma cukrów prostych: 33.95 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-22		Jadłospis dla diety: D4 Łat.z ogr.n.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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb pszenny- żytni 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), 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,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1933.12 kcal; Białko ogółem: 99.36 g; Tłuszcz: 44.26 g; Węglowodany ogółem: 286.96 g; Wapń: 787.33 mg; Żelazo: 10.3 mg; Potas: 3704.17 mg; Sód: 3160.41 mg; Fosfor: 1460.21 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3530.07 ug; Witamina B6: 2.71 mg; Witamina C: 91.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.09 g; Błonnik pokarmowy: 27.76 g; suma cukrów prostych: 23.08 g;			
poniedziałek 2026-06-22		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogr.n.przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), ogórek świeży 30 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Fasolka szparagowa z wody 80 g (OZ, SOJ,), 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 nat. 120 g (JAJ, MLE, SEL,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2093.65 kcal; Białko ogółem: 103.98 g; Tłuszcz: 59.81 g; Węglowodany ogółem: 289.96 g; Wapń: 936.62 mg; Żelazo: 14.27 mg; Potas: 4517.55 mg; Sód: 3216.6 mg; Fosfor: 1825.69 mg; Witamina D: 4.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2652.29 ug; Witamina B6: 3.4 mg; Witamina C: 155.32 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.74 g; Błonnik pokarmowy: 42.3 g; suma cukrów prostych: 28.28 g;			
poniedziałek 2026-06-22		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 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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 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,), Zupa ryżowa- nerkowa. 350 ml (SEL,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1922.81 kcal; Białko ogółem: 67.93 g; Tłuszcz: 41.58 g; Węglowodany ogółem: 327.41 g; Wapń: 288.87 mg; Żelazo: 10.09 mg; Potas: 3572.68 mg; Sód: 2728.7 mg; Fosfor: 995.22 mg; Witamina D: 3.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3897.52 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 124.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.16 g; Błonnik pokarmowy: 35.31 g; suma cukrów prostych: 25.03 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-22		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	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 (SEL,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1775.16 kcal; Białko ogółem: 66.59 g; Tłuszcz: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 291.76 g; Wapń: 275.49 mg; Żelazo: 9.08 mg; Potas: 3122.81 mg; Sód: 2722.03 mg; Fosfor: 964.99 mg; Witamina D: 3.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3884.09 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 93.53 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.03 g; Błonnik pokarmowy: 28.59 g; suma cukrów prostych: 19.61 g;			
poniedziałek 2026-06-22		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica 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 koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . (2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), 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,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (JAJ, MLE, SEL,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2578.52 kcal; Białko ogółem: 137.25 g; Tłuszcz: 69.44 g; Węglowodany ogółem: 357.19 g; Wapń: 1383.59 mg; Żelazo: 13.39 mg; Potas: 5595.88 mg; Sód: 3319.51 mg; Fosfor: 2203.43 mg; Witamina D: 4.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4407.75 ug; Witamina B6: 3.66 mg; Witamina C: 136.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; Błonnik pokarmowy: 32.74 g; suma cukrów prostych: 53.4 g;			
poniedziałek 2026-06-22		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Schab gotowany. 65 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1615.39 kcal; Białko ogółem: 69.94 g; Tłuszcz: 32.56 g; Węglowodany ogółem: 264.58 g; Wapń: 213.64 mg; Żelazo: 8.58 mg; Potas: 3192.7 mg; Sód: 2399.57 mg; Fosfor: 919.97 mg; Witamina D: 2.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3336.5 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 165.45 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.98 g; Błonnik pokarmowy: 28.79 g; suma cukrów prostych: 21.24 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-06-23		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtusty 40 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1768.35 kcal; Białko ogółem: 85.96 g; Tłuszcz: 32.73 g; Węglowodany ogółem: 287.48 g; Wapń: 462.27 mg; Żelazo: 10.6 mg; Potas: 3587.2 mg; Sód: 3385.01 mg; Fosfor: 1218.28 mg; Witamina D: 2.62 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 894.5 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 99.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.9 g; Błonnik pokarmowy: 24.74 g; suma cukrów prostych: 28.63 g;			
wtorek 2026-06-23		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: pomarańcze 150 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kalafior gotowany. 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,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1806.54 kcal; Białko ogółem: 79.54 g; Tłuszcz: 46.73 g; Węglowodany ogółem: 274.45 g; Wapń: 270.63 mg; Żelazo: 13.02 mg; Potas: 3781.75 mg; Sód: 3287.66 mg; Fosfor: 1241.29 mg; Witamina D: 3.52 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1005.76 ug; Witamina B6: 2.57 mg; Witamina C: 185.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.06 g; Błonnik pokarmowy: 35.27 g; suma cukrów prostych: 26.15 g;			
wtorek 2026-06-23		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,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jabłka 200 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 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,), Makaron z jabłkami b/c. 250 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posilek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2019.59 kcal; Białko ogółem: 61.06 g; Tłuszcz: 41.24 g; Węglowodany ogółem: 358.52 g; Wapń: 178.19 mg; Żelazo: 10.6 mg; Potas: 3500.54 mg; Sód: 2422.43 mg; Fosfor: 813.86 mg; Witamina D: 2.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 828.41 ug; Witamina B6: 1.96 mg; Witamina C: 206.29 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.26 g; Błonnik pokarmowy: 35.33 g; suma cukrów prostych: 32.99 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-06-23		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
Herbata b/c 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 ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klopsik drobiowy duszony- nerkowa. 60 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 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 , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1893.89 kcal; Białko ogółem: 61.17 g; Tłuszcz: 40.15 g; Węglowodany ogółem: 334.5 g; Wapń: 209.28 mg; Żelazo: 10.45 mg; Potas: 3505.21 mg; Sód: 2496.52 mg; Fosfor: 827.32 mg; Witamina D: 2.26 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2608.4 ug; Witamina B6: 2.06 mg; Witamina C: 110.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.21 g; Błonnik pokarmowy: 31.92 g; suma cukrów prostych: 49.8 g;			
wtorek 2026-06-23		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Herbata b/c 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 , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klopsik drobiowy duszony.(2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i ziel pietr.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2491.11 kcal; Białko ogółem: 129.92 g; Tłuszcz: 70.23 g; Węglowodany ogółem: 339.32 g; Wapń: 1242.05 mg; Żelazo: 12.4 mg; Potas: 4835.81 mg; Sód: 3775.35 mg; Fosfor: 2027.94 mg; Witamina D: 4.08 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1230.44 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 109.02 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.26 g; suma cukrów prostych: 50.5 g;			
wtorek 2026-06-23		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 50 g (SOJ,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Zupa ryżowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klopsik drobiowy duszony. 80 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Sałatka z buraczków. 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 60 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), sok kubuś 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1632.5 kcal; Białko ogółem: 67.59 g; Tłuszcz: 35.59 g; Węglowodany ogółem: 273.48 g; Wapń: 196.91 mg; Żelazo: 10.02 mg; Potas: 3490.75 mg; Sód: 3012.28 mg; Fosfor: 903.45 mg; Witamina D: 2.54 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2598.65 ug; Witamina B6: 2.29 mg; Witamina C: 98.67 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.37 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; suma cukrów prostych: 41.04 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2430.39 kcal; Białko ogółem: 102.87 g; Tłuszcz: 74.05 g; Węglowodany ogółem: 348.35 g; Wapń: 1082.71 mg; Żelazo: 11.77 mg; Potas: 4392.74 mg; Sód: 3610.3 mg; Fosfor: 1847.65 mg; Witamina D: 3.91 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3207.8 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 85.12 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.2 g; suma cukrów prostych: 50.77 g;

środa 2026-06-24**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Herbata b/c 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 , Płatki owsiane na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, MLE,**), ROSZPONKA 10 g ,

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

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (**GLU, MLE,**), chleb pszenny- żytni 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z jog. nat. i ziel kop. PN 40 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 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: 2007.48 kcal; Białko ogółem: 86.18 g; Tłuszcz: 66.08 g; Węglowodany ogółem: 274.88 g; Wapń: 1140.72 mg; Żelazo: 9.35 mg; Potas: 3688.12 mg; Sód: 3062.72 mg; Fosfor: 1624.23 mg; Witamina D: 1.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2400.08 ug; Witamina B6: 2.04 mg; Witamina C: 82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.12 g; suma cukrów prostych: 45.1 g;

środa 2026-06-24**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

Herbata b/c 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 , ROSZPONKA 10 g ,

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

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (**GLU, MLE,**), chleb pszenny- żytni 100 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), kielbasa żywiecka dr 40 g (**SOJ,**), twaróg półtłusty 50 g (**MLE,**), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g ,
Posiłek nocny:
chleb pszenny- 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: 1991.92 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 46.45 g; Węglowodany ogółem: 314.5 g; Wapń: 620.55 mg; Żelazo: 10.39 mg; Potas: 3715.6 mg; Sód: 3447.58 mg; Fosfor: 1416.36 mg; Witamina D: 2.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3011.38 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 80.66 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.89 g; Błonnik pokarmowy: 29.47 g; suma cukrów prostych: 34.05 g;

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-06-24		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielony koperek 1 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- 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: 1838.1 kcal; Białko ogółem: 84.57 g; Tłuszcz: 34.61 g; Węglowodany ogółem: 305.56 g; Wapń: 471.43 mg; Żelazo: 10.2 mg; Potas: 3483.66 mg; Sód: 3405.34 mg; Fosfor: 1308.24 mg; Witamina D: 2.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2960.05 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 78.73 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.9 g; Błonnik pokarmowy: 29.62 g; suma cukrów prostych: 22.97 g;			
środa 2026-06-24		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU, MLE,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Surówka wielowarzywna. 150 g (SEL, GOR,), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 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: 1982.09 kcal; Białko ogółem: 84.16 g; Tłuszcz: 56.51 g; Węglowodany ogółem: 293.25 g; Wapń: 577.43 mg; Żelazo: 12.25 mg; Potas: 3850.09 mg; Sód: 3444.97 mg; Fosfor: 1532.99 mg; Witamina D: 3.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2505.75 ug; Witamina B6: 2.7 mg; Witamina C: 128.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.57 g; Błonnik pokarmowy: 38.33 g; suma cukrów prostych: 26.09 g;			
środa 2026-06-24		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , ROSZPONKA 10 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), schab gotowany w sosie koperkowym- nerkowa. 60 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), 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, OZ, SOJ, MLE, 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: 1982.23 kcal; Białko ogółem: 65.91 g; Tłuszcz: 52.04 g; Węglowodany ogółem: 325.2 g; Wapń: 223.55 mg; Żelazo: 10.69 mg; Potas: 3551.18 mg; Sód: 2993.64 mg; Fosfor: 999.44 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3808.59 ug; Witamina B6: 2.4 mg; Witamina C: 120.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.94 g; Błonnik pokarmowy: 38.26 g; suma cukrów prostych: 21.32 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

środa 2026-06-24		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g, ROSZPONKA 10 g,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), schab gotowany w sosie koperkowym-nerkowa. 60 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Galaretką jarską. 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenno-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: 1834.58 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz: 50.7 g; Węglowodany ogółem: 289.55 g; Wapń: 210.17 mg; Żelazo: 9.68 mg; Potas: 3101.31 mg; Sód: 2986.97 mg; Fosfor: 969.21 mg; Witamina D: 3.48 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3795.16 ug; Witamina B6: 2.3 mg; Witamina C: 90 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.81 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; suma cukrów prostych: 15.9 g;			
środa 2026-06-24		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g, ROSZPONKA 10 g, Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, MLE,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g,	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i ziel. koperkiem 50 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenno-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: 2647.09 kcal; Białko ogółem: 123.94 g; Tłuszcz: 81.55 g; Węglowodany ogółem: 364.47 g; Wapń: 1333.51 mg; Żelazo: 12.89 mg; Potas: 4971.09 mg; Sód: 3731.06 mg; Fosfor: 2151.25 mg; Witamina D: 4.31 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3260.17 ug; Witamina B6: 3.1 mg; Witamina C: 101.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.42 g; Błonnik pokarmowy: 31.94 g; suma cukrów prostych: 52.35 g;			
środa 2026-06-24		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g, ROSZPONKA 10 g,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab gotowany w sosie koperkowym. 100 g (GLU,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 60 g (SOJ,), sałata zielona 15 g, Posiłek nocny: chleb pszenno-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: 1836.86 kcal; Białko ogółem: 71.97 g; Tłuszcz: 51.42 g; Węglowodany ogółem: 280.17 g; Wapń: 164.65 mg; Żelazo: 9.83 mg; Potas: 2979.92 mg; Sód: 3486.67 mg; Fosfor: 1033.07 mg; Witamina D: 3.8 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3020.78 ug; Witamina B6: 2.41 mg; Witamina C: 62.85 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.82 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; suma cukrów prostych: 13.24 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2286.91 kcal; Białko ogółem: 103.32 g; Tłuszcz: 65.77 g; Węglowodany ogółem: 322.56 g; Wapń: 1061.45 mg; Żelazo: 9.92 mg; Potas: 3565.17 mg; Sód: 3217.39 mg; Fosfor: 1705.72 mg; Witamina D: 3.81 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1156.81 ug; Witamina B6: 2.35 mg; Witamina C: 89.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.57 g; Błonnik pokarmowy: 19.84 g; suma cukrów prostych: 43.29 g;		
czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci
Herbata b/c 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 , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa wiejska DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz. w sosie pietruszkowym DZ. 80 g (GLU, MLE,), Ryż na sypko DZ. 120 g , Sałatka z pomidora z jog. nat. DZ. 80 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Drożdżówka z serem 1 szt (GLU, JAJ, OZ, MLE, SEL,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), 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,), 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: 2133.03 kcal; Białko ogółem: 90.01 g; Tłuszcz: 59.91 g; Węglowodany ogółem: 309.68 g; Wapń: 915.22 mg; Żelazo: 7.64 mg; Potas: 2892.99 mg; Sód: 2608.73 mg; Fosfor: 1381.09 mg; Witamina D: 1.01 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 965.86 ug; Witamina B6: 1.86 mg; Witamina C: 72.33 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.59 g; Błonnik pokarmowy: 16.82 g; suma cukrów prostych: 38.18 g;		
czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika
Herbata b/c 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 wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (GLU,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1867.6 kcal; Białko ogółem: 87.19 g; Tłuszcz: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 283.74 g; Wapń: 599.76 mg; Żelazo: 8.91 mg; Potas: 2930.62 mg; Sód: 3036.48 mg; Fosfor: 1334.85 mg; Witamina D: 2.55 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 927.49 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 84.91 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.14 g; Błonnik pokarmowy: 19.15 g; suma cukrów prostych: 26.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-06-25		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,), połudwica 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 wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (GLU, MLE,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 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 z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), 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: 1833.88 kcal; Białko ogółem: 84.09 g; Tłuszcz: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 292.63 g; Wapń: 459.98 mg; Żelazo: 9.16 mg; Potas: 2898.42 mg; Sód: 2998.51 mg; Fosfor: 1242.37 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 883.7 ug; Witamina B6: 2.17 mg; Witamina C: 96.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.59 g; Błonnik pokarmowy: 22.22 g; suma cukrów prostych: 20.54 g;			
czwartek 2026-06-25		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,), połudwica 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 wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (GLU, MLE,), Ryż na sypko. 160 g , Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (MLE,), Fasolka szparagowa z wody 80 g (OZ, SOJ,), 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 koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 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: 1900.69 kcal; Białko ogółem: 83.96 g; Tłuszcz: 48.58 g; Węglowodany ogółem: 287.32 g; Wapń: 578.48 mg; Żelazo: 11.73 mg; Potas: 3324.36 mg; Sód: 3085.98 mg; Fosfor: 1470.61 mg; Witamina D: 3.44 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3127.63 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 92.14 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.32 g; Błonnik pokarmowy: 35.65 g; suma cukrów prostych: 25.06 g;			
czwartek 2026-06-25		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,), połudwica 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 wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz. w sosie pietruszkowym nerkowa 70 g (GLU,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 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,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,), 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: 2028.81 kcal; Białko ogółem: 66.58 g; Tłuszcz: 45.47 g; Węglowodany ogółem: 344.88 g; Wapń: 187.72 mg; Żelazo: 10.87 mg; Potas: 3101.2 mg; Sód: 3895.77 mg; Fosfor: 968.61 mg; Witamina D: 3.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1331.9 ug; Witamina B6: 2.22 mg; Witamina C: 139.69 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.8 g; Błonnik pokarmowy: 32.39 g; suma cukrów prostych: 17.67 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.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 ,	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz. w sosie pietruszkowym nerkowa 70 g (GLU,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,), 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: 1881.16 kcal; Białko ogółem: 65.24 g; Tłuszcz: 44.13 g; Węglowodany ogółem: 309.23 g; Wapń: 174.34 mg; Żelazo: 9.86 mg; Potas: 2651.33 mg; Sód: 3889.1 mg; Fosfor: 938.38 mg; Witamina D: 3.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1318.47 ug; Witamina B6: 2.12 mg; Witamina C: 108.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.67 g; Błonnik pokarmowy: 25.67 g; suma cukrów prostych: 12.25 g;		
czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa
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 , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, MLE,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z koncentratem pomidorowym ziel. pietruszką 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielbasa żywiecka dr 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2494.44 kcal; Białko ogółem: 127.15 g; Tłuszcz: 71.33 g; Węglowodany ogółem: 337.58 g; Wapń: 1288.69 mg; Żelazo: 10.85 mg; Potas: 4197.67 mg; Sód: 3338.95 mg; Fosfor: 2060.43 mg; Witamina D: 3.82 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1237.77 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 113.15 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.38 g; Błonnik pokarmowy: 20.57 g; suma cukrów prostych: 43.8 g;		
czwartek 2026-06-25		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna
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 ,	Zupa wiejska 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Bitki dr.dusz.w sosie pietruszkowym. 100 g (GLU,), Ryż na sypko. 160 g , Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,), 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: 1938.23 kcal; Białko ogółem: 73.08 g; Tłuszcz: 46.61 g; Węglowodany ogółem: 309.97 g; Wapń: 176.32 mg; Żelazo: 10.01 mg; Potas: 2791.03 mg; Sód: 3908.92 mg; Fosfor: 1025.45 mg; Witamina D: 3.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1320.63 ug; Witamina B6: 2.32 mg; Witamina C: 108.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.9 g; Błonnik pokarmowy: 25.69 g; suma cukrów prostych: 12.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Chorób Wewnętrznych i Diabetologii		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26		
Jadłospis dla diety: D1 Podstawowa		
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g (GLU, SOJ, ORZ, SO2,), ser żółty twardy 50 g (MLE,), rzodkiew 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką 60 g (RYB, SOJ, MLE,), pomidory 50 g , ogórek świeży 50 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), mandarynki 100 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 2183.3 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 60.9 g; Węglowodany ogółem: 325.59 g; Wapń: 1713.27 mg; Żelazo: 9.85 mg; Potas: 4900.82 mg; Sód: 2679 mg; Fosfor: 1834.34 mg; Witamina D: 4.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1253.01 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 163.22 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.08 g; suma cukrów prostych: 69.36 g;		
piątek 2026-06-26		
Jadłospis dla diety: D1 DZ Podstawowa -dzieci		
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), dżem niskosłodzony 40 g (GLU, SOJ, ORZ, SO2,), ser żółty twardy 40 g (MLE,), rzodkiew 40 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa ziemniaczana DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony DZ 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki DZ 20 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki DZ 190 g , Surówka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Kisiel z jabłkiem DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Pasta z twarogu i konserwy rybnej w sosie pomidorowym z zieloną cebulką DZ 50 g (RYB, SOJ, MLE,), pomidory 40 g , ogórek świeży 40 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), mandarynki 80 g ,
Wartości odżywcze: Energia kc: 1604.77 kcal; Białko ogółem: 64.76 g; Tłuszcz: 45.65 g; Węglowodany ogółem: 239.04 g; Wapń: 1161.39 mg; Żelazo: 7.36 mg; Potas: 3532.24 mg; Sód: 3299.1 mg; Fosfor: 1260.21 mg; Witamina D: 2.18 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 995.23 ug; Witamina B6: 1.77 mg; Witamina C: 133.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.78 g; Błonnik pokarmowy: 20.94 g; suma cukrów prostych: 58.6 g;		
piątek 2026-06-26		
Jadłospis dla diety: D2 Łatwostrawna		
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g (GLU, SOJ, ORZ, SO2,), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (JAJ, MLE, SEL,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), BANAN 150 g ,

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-26		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,), Twaróg z jog. nat.i ziel. pietr. 70 g (MLE,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), ser żółty twardy 30 g (MLE,), ogórek świeży 30 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , surówka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Bukiet jarzyn- jako druga jarzyna. 80 g (SEL,), 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,), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (JAJ, MLE, SEL,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), mandarynki 100 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1795.18 kcal; Białko ogółem: 80.25 g; Tłuszcz: 40.95 g; Węglowodany ogółem: 286.99 g; Wapń: 886.8 mg; Żelazo: 13.39 mg; Potas: 5120.26 mg; Sód: 2965.76 mg; Fosfor: 1614.06 mg; Witamina D: 2.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2417.07 ug; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 193.34 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 15.39 g; Błonnik pokarmowy: 45.98 g; suma cukrów prostych: 39.62 g;			
piątek 2026-06-26		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,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), 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, SEL,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1791.29 kcal; Białko ogółem: 53.7 g; Tłuszcz: 33.18 g; Węglowodany ogółem: 329.53 g; Wapń: 259.73 mg; Żelazo: 9.93 mg; Potas: 4375.08 mg; Sód: 1967.21 mg; Fosfor: 876.93 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1684.02 ug; Witamina B6: 2.65 mg; Witamina C: 257.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.65 g; Błonnik pokarmowy: 42.02 g; suma cukrów prostych: 29.15 g;			
piątek 2026-06-26		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g (GLU, SOJ, ORZ, SO2,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony- nerkowa. 60 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	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, SEL,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1748.49 kcal; Białko ogółem: 52.51 g; Tłuszcz: 31.94 g; Węglowodany ogółem: 319.77 g; Wapń: 252.92 mg; Żelazo: 9.07 mg; Potas: 3956.85 mg; Sód: 1960.41 mg; Fosfor: 852.7 mg; Witamina D: 2.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1671.09 ug; Witamina B6: 2.56 mg; Witamina C: 231.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.52 g; Błonnik pokarmowy: 35.7 g; suma cukrów prostych: 48.27 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-06-26		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g (GLU, SOJ, ORZ, SO2,), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Ryż na mleku w proszku. 250 ml (MLE,),	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony.(2.00 porcje) 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 120 g (JAJ, MLE, SEL,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), BANAN 150 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2347.13 kcal; Białko ogółem: 107.35 g; Tłuszcz: 54.75 g; Węglowodany ogółem: 364.86 g; Wapń: 1521.14 mg; Żelazo: 11.49 mg; Potas: 5646.66 mg; Sód: 3057.17 mg; Fosfor: 1908.88 mg; Witamina D: 3.05 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1904.74 ug; Witamina B6: 3.1 mg; Witamina C: 181.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.85 g; Błonnik pokarmowy: 31.73 g; suma cukrów prostych: 75.09 g;			
piątek 2026-06-26		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), dżem niskosłodzony 50 g (GLU, SOJ, ORZ, SO2,), pomidory 100 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa ziemniaczana 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Klops rybny pieczony. 80 g (GLU, SKO, JAJ, RYB, MLE, MIĘ,), Sos grecki 30 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	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, SEL,), kielbasa żywiecka dr 50 g (SOJ,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , BANAN 150 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1670.64 kcal; Białko ogółem: 52.74 g; Tłuszcz: 30.93 g; Węglowodany ogółem: 302.66 g; Wapń: 205.73 mg; Żelazo: 9.61 mg; Potas: 3985.64 mg; Sód: 2423.32 mg; Fosfor: 823.18 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1690.88 ug; Witamina B6: 2.76 mg; Witamina C: 227.76 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.04 g; Błonnik pokarmowy: 33.31 g; suma cukrów prostych: 42.19 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Wartości odżywcze: Energia kc: 2285.38 kcal; Białko ogółem: 104.82 g; Tłuszcz: 67.27 g; Węglowodany ogółem: 320.4 g; Wapń: 1103.2 mg; Żelazo: 10.31 mg; Potas: 4396.54 mg; Sód: 2971.34 mg; Fosfor: 1768.77 mg; Witamina D: 3.76 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3402.27 ug; Witamina B6: 2.79 mg; Witamina C: 92.31 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.06 g; suma cukrów prostych: 51.18 g;

sobota 2026-06-27

Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci

Herbata b/c 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 , Zacierka na mleku w proszku DZ 200 ml (**GLU, JAJ, MLE,**),

jabłka 200 g , Krupnik DZ 250 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,**), Filet dr. duszony w sosie koperkowym DZ. 80 g (**GLU, MLE,**), Ziemniaki DZ 190 g , Marchew gotowana DZ 100 g (**GLU,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**),

Podwieczorek:
sok kubuś 300 ml ,

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (**GLU, MLE,**), chleb pszenny- żytni 70 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (**MLE,**), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g ,

Posiłek nocny:
chleb pszenny- żytni 60 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (**MLE,**), schab gotowany PN 50 g , pomidory 30 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1972.5 kcal; Białko ogółem: 87.03 g; Tłuszcz: 58.45 g; Węglowodany ogółem: 285.22 g; Wapń: 1002.33 mg; Żelazo: 9.03 mg; Potas: 4174.39 mg; Sód: 2514.94 mg; Fosfor: 1509.13 mg; Witamina D: 1.02 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 4225.78 ug; Witamina B6: 2.5 mg; Witamina C: 92.93 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.85 g; Błonnik pokarmowy: 28.34 g; suma cukrów prostych: 63.24 g;

sobota 2026-06-27

Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika

Herbata b/c 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 ,

Krupnik. 350 ml (**GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,**), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (**GLU,**), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (**GLU,**), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (**GLU, SEL, GOR,**), jabłka 200 g ,

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (**GLU, MLE,**), 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 , ROSZPONKA 10 g ,

Posiłek nocny:
chleb pszenny- żytni 80 g (**GLU, JAJ, SOJ,**), margaryna śniadaniowa 10 g (**MLE,**), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,

Wartości odżywcze: Energia kc: 1830.07 kcal; Białko ogółem: 89.33 g; Tłuszcz: 40.24 g; Węglowodany ogółem: 282.57 g; Wapń: 667.01 mg; Żelazo: 9.31 mg; Potas: 3791.99 mg; Sód: 2799.88 mg; Fosfor: 1416.2 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3175.35 ug; Witamina B6: 2.62 mg; Witamina C: 88.06 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 14.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.37 g; suma cukrów prostych: 35.61 g;

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-27		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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: jogurt naturalny 150 ml (MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	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 , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1705.95 kcal; Białko ogółem: 84.51 g; Tłuszcz: 32.8 g; Węglowodany ogółem: 272.17 g; Wapń: 481.89 mg; Żelazo: 9.1 mg; Potas: 3517.75 mg; Sód: 2744.14 mg; Fosfor: 1282.28 mg; Witamina D: 2.46 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3116.52 ug; Witamina B6: 2.55 mg; Witamina C: 85.82 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.03 g; Błonnik pokarmowy: 27.52 g; suma cukrów prostych: 23.06 g;			
sobota 2026-06-27		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 sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: pomarańcze 150 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z pory i marchwi 150 g (JAJ, MLE, GOR,), Marchew z wody dodatek do II dania 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1735.87 kcal; Białko ogółem: 79.47 g; Tłuszcz: 45.15 g; Węglowodany ogółem: 259.21 g; Wapń: 374.97 mg; Żelazo: 12.15 mg; Potas: 3806.57 mg; Sód: 2635.67 mg; Fosfor: 1369.35 mg; Witamina D: 3.37 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2695.65 ug; Witamina B6: 2.84 mg; Witamina C: 159.42 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.57 g; Błonnik pokarmowy: 37.91 g; suma cukrów prostych: 23.46 g;			
sobota 2026-06-27		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 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,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym- nerkowa 60 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), 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 jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1854.9 kcal; Białko ogółem: 58.21 g; Tłuszcz: 35.8 g; Węglowodany ogółem: 333.42 g; Wapń: 246.46 mg; Żelazo: 10.03 mg; Potas: 3845.97 mg; Sód: 2583.42 mg; Fosfor: 941.41 mg; Witamina D: 2.13 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3479.39 ug; Witamina B6: 2.51 mg; Witamina C: 221.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.79 g; Błonnik pokarmowy: 40.84 g; suma cukrów prostych: 26.09 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-06-27		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.białka i sodu	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym- nerkowa 60 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jabłka 200 g , sok bobofrut b/c 300 ml ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1764.95 kcal; Białko ogółem: 56.43 g; Tłuszcz: 34.44 g; Węglowodany ogółem: 313.97 g; Wapń: 202.92 mg; Żelazo: 9.43 mg; Potas: 3549.44 mg; Sód: 2566.17 mg; Fosfor: 898.52 mg; Witamina D: 2.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3464.3 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 204.21 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.36 g; Błonnik pokarmowy: 37.04 g; suma cukrów prostych: 23.72 g;			
sobota 2026-06-27		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-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 , Zacierka na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym.(2.00 porcje) 100 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką. 60 g (MLE,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: chleb pszenno-żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2491.67 kcal; Białko ogółem: 128.56 g; Tłuszcz: 72.83 g; Węglowodany ogółem: 335.24 g; Wapń: 1323.77 mg; Żelazo: 11.1 mg; Potas: 5012.7 mg; Sód: 3091.28 mg; Fosfor: 2121.65 mg; Witamina D: 3.77 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3454.41 ug; Witamina B6: 3.25 mg; Witamina C: 108.7 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g; suma cukrów prostych: 51.68 g;			
sobota 2026-06-27		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), polędwica sop.wp 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Krupnik. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie koperkowym. 100 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Marchew gotowana. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), zupa jarzynowa krem z grzankami- nerkowa. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, SEL,), sałata zielona 15 g , ROSZPONKA 10 g , Posiłek nocny: chleb pszenno-żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), schab gotowany PN 50 g , pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1923.01 kcal; Białko ogółem: 75.2 g; Tłuszcz: 45.48 g; Węglowodany ogółem: 309.5 g; Wapń: 216.12 mg; Żelazo: 10.44 mg; Potas: 3662.33 mg; Sód: 2943.74 mg; Fosfor: 1088.67 mg; Witamina D: 3.3 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3561.77 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 113.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.22 g; Błonnik pokarmowy: 33.93 g; suma cukrów prostych: 19.68 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-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,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora z jog. nat. 150 g (MLE,), sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-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, jogurt naturalny 150 ml (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenno-żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g,
--	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 2406.19 kcal; Białko ogółem: 99.08 g; Tłuszcz: 68.24 g; Węglowodany ogółem: 357.78 g; Wapń: 1011.58 mg; Żelazo: 12.34 mg; Potas: 4604.12 mg; Sód: 3670.16 mg; Fosfor: 1710.8 mg; Witamina D: 4 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1745.53 ug; Witamina B6: 2.94 mg; Witamina C: 126.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.98 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g; suma cukrów prostych: 48.48 g;

niedziela 2026-06-28**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

chleb pszenno-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, Makaron na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, MLE,), Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Barszcz z ziemniakami DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii.DZ 50 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko DZ. 120 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora z jog. nat. DZ. 80 g (MLE,), Sałatka z selera i jabłka DZ. 100 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Herbatniki petitki 25 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, GOR, SEZ,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-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, jogurt naturalny 150 ml (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenno-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: 2004.43 kcal; Białko ogółem: 77.99 g; Tłuszcz: 60.32 g; Węglowodany ogółem: 294.26 g; Wapń: 823.48 mg; Żelazo: 9.42 mg; Potas: 3581.82 mg; Sód: 2949.49 mg; Fosfor: 1328.38 mg; Witamina D: 1.12 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1501.49 ug; Witamina B6: 2.2 mg; Witamina C: 99.89 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g; suma cukrów prostych: 40.8 g;

niedziela 2026-06-28**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-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,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g, sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenno-żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), twaróg półtłusty 60 g (MLE,), zielony koperek 1 g, sałata zielona 15 g, jogurt naturalny 150 ml (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenno-żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), kielb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g,
--	---	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1930.62 kcal; Białko ogółem: 85.74 g; Tłuszcz: 42.43 g; Węglowodany ogółem: 310.77 g; Wapń: 569.74 mg; Żelazo: 11.13 mg; Potas: 3939.1 mg; Sód: 3250.52 mg; Fosfor: 1385.91 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1552.97 ug; Witamina B6: 2.73 mg; Witamina C: 121.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.82 g; Błonnik pokarmowy: 33.58 g; suma cukrów prostych: 32.78 g;

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-06-28		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,), 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,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	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 , jogurt naturalny 150 ml (MLE,), 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: 1978.92 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 43.04 g; Węglowodany ogółem: 322.34 g; Wapń: 575.8 mg; Żelazo: 11.59 mg; Potas: 4144.38 mg; Sód: 3253.52 mg; Fosfor: 1399.71 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1559.1 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 135.9 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 11.88 g; Błonnik pokarmowy: 36.65 g; suma cukrów prostych: 30.54 g;			
niedziela 2026-06-28		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), szynka got. wieprz. 50 g (SOJ, ORZ, GOR,), pomidory 50 g , 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,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora z jog. nat. 150 g (MLE,), surówka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Kalafior gotowany. 80 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Pasta z parówki i twarogu z koperkiem 60 g (SOJ, MLE,), sałata zielona 15 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,), 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: 2053.22 kcal; Białko ogółem: 83.46 g; Tłuszcz: 58.65 g; Węglowodany ogółem: 308.08 g; Wapń: 623.56 mg; Żelazo: 14.01 mg; Potas: 4489.1 mg; Sód: 3510.28 mg; Fosfor: 1556.46 mg; Witamina D: 3.84 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1665.91 ug; Witamina B6: 2.99 mg; Witamina C: 170.8 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.77 g; Błonnik pokarmowy: 44.98 g; suma cukrów prostych: 32.29 g;			
niedziela 2026-06-28		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,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), 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,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Krokiety z ziemniaków- nerkowa. 250 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2207.35 kcal; Białko ogółem: 61.73 g; Tłuszcz: 50.53 g; Węglowodany ogółem: 391.4 g; Wapń: 315.09 mg; Żelazo: 12.71 mg; Potas: 4653.07 mg; Sód: 2464.66 mg; Fosfor: 1099.24 mg; Witamina D: 2.78 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1625.73 ug; Witamina B6: 2.9 mg; Witamina C: 262.54 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.04 g; Błonnik pokarmowy: 47.05 g; suma cukrów prostych: 31.57 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-06-28		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 ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii- nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,),	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 , pomidory 50 g , Posilek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2143.85 kcal; Białko ogółem: 61.41 g; Tłuszcz: 49.79 g; Węglowodany ogółem: 374.19 g; Wapń: 337.88 mg; Żelazo: 11.73 mg; Potas: 4245.84 mg; Sód: 2471.66 mg; Fosfor: 1094.81 mg; Witamina D: 2.79 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1619.8 ug; Witamina B6: 2.82 mg; Witamina C: 231.95 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.27 g; Błonnik pokarmowy: 40.33 g; suma cukrów prostych: 44.59 g;			
niedziela 2026-06-28		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
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 , Makaron na mleku w proszku 250 ml (GLU, JAJ, MLE,),	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii.(2.00 porcje) 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora z jog. nat.. 150 g (MLE,), sałatka z selera i jabłka. 150 g (MLE, SEL,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	Herbata b/c 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 , jogurt naturalny 150 ml (MLE,), Posilek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2579.41 kcal; Białko ogółem: 118.76 g; Tłuszcz: 73.08 g; Węglowodany ogółem: 370.21 g; Wapń: 1223.22 mg; Żelazo: 13.28 mg; Potas: 5121.94 mg; Sód: 3777.18 mg; Fosfor: 1985.55 mg; Witamina D: 4.39 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1774.12 ug; Witamina B6: 3.26 mg; Witamina C: 141.63 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.35 g; Błonnik pokarmowy: 35.18 g; suma cukrów prostych: 48.59 g;			
niedziela 2026-06-28		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
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 ,	Barszcz z ziemniakami. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Schab pieczony w folii. 80 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Kasza jęczmienna na sypko. 160 g (GLU, ORZ,), Sałatka z pomidora b/jog. nat. 130 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), sałatka z selera i jabłka. 150 g (SEL,),	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: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), kiełb szynkowa wp 40 g (SOJ,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2249.67 kcal; Białko ogółem: 80.81 g; Tłuszcz: 61.34 g; Węglowodany ogółem: 355.86 g; Wapń: 349.2 mg; Żelazo: 12.85 mg; Potas: 4343.26 mg; Sód: 3259.05 mg; Fosfor: 1277.38 mg; Witamina D: 4.07 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1716.1 ug; Witamina B6: 3.08 mg; Witamina C: 141.04 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.56 g; Błonnik pokarmowy: 37.14 g; suma cukrów prostych: 25.87 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), 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 ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany. 65 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
---	---	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 2164.94 kcal; Białko ogółem: 100.15 g; Tłuszcz: 59.77 g; Węglowodany ogółem: 312.19 g; Wapń: 899.32 mg; Żelazo: 10.64 mg; Potas: 4441.19 mg; Sód: 2980.18 mg; Fosfor: 1545.38 mg; Witamina D: 3.6 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3713.23 ug; Witamina B6: 2.8 mg; Witamina C: 132.78 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 18.27 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; suma cukrów prostych: 38.45 g;

poniedziałek 2026-06-29**Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci**

Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), 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 ,	Zupa koperkowa z makaronem DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drobiowa z oczkiem pieczona.DZ 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy DZ 60 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki DZ 190 g , sałatka z marchwi i jabłka DZ. 100 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g , Podwieczorek: Galaretką owocowa DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany DZ 55 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 60 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 30 g ,
---	--	--

Wartości odżywcze: Energia kc: 1787.62 kcal; Białko ogółem: 81.15 g; Tłuszcz: 53.42 g; Węglowodany ogółem: 250.95 g; Wapń: 845.9 mg; Żelazo: 8.54 mg; Potas: 3820.98 mg; Sód: 2441.53 mg; Fosfor: 1311.49 mg; Witamina D: .9 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2855.62 ug; Witamina B6: 2.27 mg; Witamina C: 121.83 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g; suma cukrów prostych: 35.85 g;

poniedziałek 2026-06-29**Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika**

Herbata b/c 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 ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany. 65 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,
---	--	---

Wartości odżywcze: Energia kc: 1878.47 kcal; Białko ogółem: 88.27 g; Tłuszcz: 40.85 g; Węglowodany ogółem: 295.11 g; Wapń: 436.26 mg; Żelazo: 10.22 mg; Potas: 3830.52 mg; Sód: 2793.97 mg; Fosfor: 1211.49 mg; Witamina D: 2.56 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3515.53 ug; Witamina B6: 2.63 mg; Witamina C: 128.25 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 10.28 g; Błonnik pokarmowy: 30.39 g; suma cukrów prostych: 21.51 g;

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-29		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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb pszenny 30 g (GLU, JAJ, SOJ,), twaróg półtusty 50 g (MLE,), zielona cebulka 1 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany. 65 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1998.04 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 43.03 g; Węglowodany ogółem: 307.22 g; Wapń: 545.68 mg; Żelazo: 10.66 mg; Potas: 3984.97 mg; Sód: 2970.71 mg; Fosfor: 1394.77 mg; Witamina D: 2.64 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3557.46 ug; Witamina B6: 2.81 mg; Witamina C: 117.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 12.2 g; Błonnik pokarmowy: 31.36 g; suma cukrów prostych: 26.92 g;			
poniedziałek 2026-06-29		Jadłospis dla diety: D5 Łatw.z ogran.łatwo przys. węglowodanów	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g , II Śniadanie: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), Twaróg z jog. nat. zieloną cebulką 50 g (MLE,), ogórek świeży 30 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , Surówka z kapusty pekińskiej. 150 g , Fasolka szparagowa z wody 80 g (OZ, SOJ,), Kompot z mieszanki kompotowej b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb graham 100 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany. 65 g , jogurt naturalny 150 ml (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2326.21 kcal; Białko ogółem: 117.53 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 316.55 g; Wapń: 1321.98 mg; Żelazo: 13.79 mg; Potas: 5135.82 mg; Sód: 3123.08 mg; Fosfor: 2134.88 mg; Witamina D: 3.73 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2121.8 ug; Witamina B6: 3.4 mg; Witamina C: 161.11 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.64 g; Błonnik pokarmowy: 41.02 g; suma cukrów prostych: 52.21 g;			
poniedziałek 2026-06-29		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 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,),	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 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,), Sałatka wiosenna - nerkowa. 110 g (GLU, SEL, GOR,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1830.66 kcal; Białko ogółem: 64.82 g; Tłuszcz: 45.15 g; Węglowodany ogółem: 299.66 g; Wapń: 249.55 mg; Żelazo: 9.81 mg; Potas: 3577.01 mg; Sód: 2686.99 mg; Fosfor: 908.7 mg; Witamina D: 3.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3614.8 ug; Witamina B6: 2.25 mg; Witamina C: 137.1 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.81 g; Błonnik pokarmowy: 34.58 g; suma cukrów prostych: 22.6 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-06-29		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.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 z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada dr. z oczkiem pieczona - nerkowa. 50 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Sałatka wiosenna - nerkowa. 110 g (GLU, SEL, GOR,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1756.01 kcal; Białko ogółem: 64.07 g; Tłuszcz: 44.39 g; Węglowodany ogółem: 281.67 g; Wapń: 242.01 mg; Żelazo: 9.24 mg; Potas: 3322.78 mg; Sód: 2683.24 mg; Fosfor: 891.61 mg; Witamina D: 3.04 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3607.21 ug; Witamina B6: 2.19 mg; Witamina C: 119.64 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 9.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g; suma cukrów prostych: 21.71 g;			
poniedziałek 2026-06-29		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), pomidory 50 g , sałata zielona 15 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . (2.00 porcje) 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g (MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany. 65 g , jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), Posiłek nocny: chleb pszenny- żytni 80 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z konc. pom.z ziel. kop.PN 40 g (MLE,), pomidory 40 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2299.35 kcal; Białko ogółem: 119.94 g; Tłuszcz: 62.54 g; Węglowodany ogółem: 319.69 g; Wapń: 909.29 mg; Żelazo: 11.86 mg; Potas: 4784.64 mg; Sód: 3083.55 mg; Fosfor: 1762.51 mg; Witamina D: 3.87 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3743.43 ug; Witamina B6: 3.24 mg; Witamina C: 132.81 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 30.58 g; suma cukrów prostych: 38.57 g;			
poniedziałek 2026-06-29		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połędwica z ind 50 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Zupa koperkowa z makaronem. 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Rolada drob.z oczkiem pieczona . 70 g (GLU, JAJ, MLE,), Sos jarzynowy 80 ml (GLU, SEL,), Ziemniaki. 200 g , sałatka z marchwi i jabłka 150 g , Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jabłka 200 g ,	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), sałatka wiosenna dieta. 75 g (GLU, SEL, GOR,), Schab gotowany. 65 g , Posiłek nocny: sok bobofrut b/c 300 ml , Jabłko pieczone 150 g (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,),	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1721.04 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz: 36.95 g; Węglowodany ogółem: 283.42 g; Wapń: 185.51 mg; Żelazo: 9 mg; Potas: 3463.12 mg; Sód: 2385.14 mg; Fosfor: 900.77 mg; Witamina D: 2.51 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3415.67 ug; Witamina B6: 2.47 mg; Witamina C: 191.57 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.37 g; suma cukrów prostych: 24.24 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-06-30		Jadłospis dla diety: D2 DZ Łatwostrawna -dzieci	
Herbata b/c 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 (GLU, MLE,),	Zupa grysikowa DZ 250 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym DZ. 80 g (GLU, MLE,), Ziemniaki DZ 190 g , Buraczki zasmażne DZ 100 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Podwieczorek: Budyń na mleku w proszku DZ 200 ml (GLU, JAJ, SOJ, MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 70 g (GLU, JAJ, SOJ,), masło ekstra 82 % tłuszczu 10 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i ziel. pietr.PN 40 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 40 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1858.7 kcal; Białko ogółem: 89.7 g; Tłuszcz: 55.72 g; Węglowodany ogółem: 254.97 g; Wapń: 1433.09 mg; Żelazo: 9.24 mg; Potas: 4348.07 mg; Sód: 2642.14 mg; Fosfor: 1730.22 mg; Witamina D: .71 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 853.49 ug; Witamina B6: 2.21 mg; Witamina C: 109.4 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.1 g; Błonnik pokarmowy: 18.76 g; suma cukrów prostych: 69.54 g;			
wtorek 2026-06-30		Jadłospis dla diety: D3 Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu i błonnika	
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,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 10 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), zielona pietruszka 1 g , sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1450.75 kcal; Białko ogółem: 74.09 g; Tłuszcz: 23.58 g; Węglowodany ogółem: 240.85 g; Wapń: 404.22 mg; Żelazo: 9.79 mg; Potas: 3447.38 mg; Sód: 2696.56 mg; Fosfor: 1057.47 mg; Witamina D: 1.65 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 814.54 ug; Witamina B6: 2.18 mg; Witamina C: 112.61 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 7.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g; suma cukrów prostych: 24.43 g;			
wtorek 2026-06-30		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,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), sałata zielona 15 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Kompot z jabłek b/c. 200 ml (GLU, SEL, GOR,), Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), twaróg półtłusty 50 g (MLE,), sałata zielona 15 g , zielona pietruszka 1 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1628.51 kcal; Białko ogółem: 82.84 g; Tłuszcz: 25.62 g; Węglowodany ogółem: 273.91 g; Wapń: 474.79 mg; Żelazo: 10.95 mg; Potas: 3879.51 mg; Sód: 3101.75 mg; Fosfor: 1197.07 mg; Witamina D: 1.83 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 839.23 ug; Witamina B6: 2.46 mg; Witamina C: 118.19 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 8.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; suma cukrów prostych: 34.11 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-06-30		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: chleb graham 30 g (GLU, JAJ, SOJ, MLE,), szynka got. wieprz. 30 g (SOJ, ORZ, GOR,), ogórek świeży 30 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , brokuły z wody II jarzyna 80 g (GLU, SOJ, MLE,), Surówka z marchwi i chrzanu. 150 g (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 jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), połędwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt naturalny 150 ml (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1650.09 kcal; Białko ogółem: 81.92 g; Tłuszcz: 38.37 g; Węglowodany ogółem: 253.24 g; Wapń: 564.3 mg; Żelazo: 12 mg; Potas: 4300.59 mg; Sód: 3155.53 mg; Fosfor: 1489.03 mg; Witamina D: 2.5 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 3259.32 ug; Witamina B6: 2.74 mg; Witamina C: 173.46 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 13.53 g; Błonnik pokarmowy: 37.64 g; suma cukrów prostych: 29.98 g;			
wtorek 2026-06-30		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,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), 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,), 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: 1873.28 kcal; Białko ogółem: 59.13 g; Tłuszcz: 34.36 g; Węglowodany ogółem: 339.38 g; Wapń: 182.49 mg; Żelazo: 11.61 mg; Potas: 4510.14 mg; Sód: 2357.49 mg; Fosfor: 894.08 mg; Witamina D: 2.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 864.27 ug; Witamina B6: 2.77 mg; Witamina C: 236.16 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.69 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g; suma cukrów prostych: 29.34 g;			
wtorek 2026-06-30		Jadłospis dla diety: D7 Łatwostr.z ogr.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 ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet drobiowy gotowany. 60 g , Sos pomidorowy 30 ml (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	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 kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1734.63 kcal; Białko ogółem: 59.29 g; Tłuszcz: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 312.13 g; Wapń: 214.11 mg; Żelazo: 11.5 mg; Potas: 4534.27 mg; Sód: 2431.82 mg; Fosfor: 908.85 mg; Witamina D: 2.34 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2644.84 ug; Witamina B6: 2.88 mg; Witamina C: 141.97 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.65 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g; suma cukrów prostych: 41.62 g;			

Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-06-30		Jadłospis dla diety: D10 Łatwostr.bogatobiałkowa	
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 , Płatki owsiane na mleku w proszku. 250 ml (GLU, MLE,),	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (GLU, MLE,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU, MLE,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,), jogurt truskawkowy 150 g (MLE,),	Kawa z mlekiem w proszku b/c 250 ml (GLU, MLE,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), Twaróg z jog. nat. i zieloną pietruszką 50 g (MLE,), połudwica z ind 40 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: jogurt truskawkowy 150 g (MLE,), jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 2130.79 kcal; Białko ogółem: 104.07 g; Tłuszcz: 59.34 g; Węglowodany ogółem: 300.81 g; Wapń: 1459.54 mg; Żelazo: 11.82 mg; Potas: 4920.29 mg; Sód: 3059.06 mg; Fosfor: 1917.3 mg; Witamina D: 2.47 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 1075.08 ug; Witamina B6: 2.52 mg; Witamina C: 135.92 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.15 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g; suma cukrów prostych: 55.37 g;			
wtorek 2026-06-30		Jadłospis dla diety: D13 Bezmleczna	
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,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g ,	Zupa grysikowa 350 ml (GLU, JAJ, OZ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,), Filet dr. duszony w sosie pomidorowym. 100 g (GLU,), Ziemniaki. 200 g , Buraczki zasmażane. 150 g (GLU,), Kompot z mieszanki kompotowej 200 ml (GLU, SEL, GOR,),	Herbata b/c 200 ml (GLU, SEL, GOR,), chleb pszenny- żytni 100 g (GLU, JAJ, SOJ,), margaryna śniadaniowa 15 g (MLE,), połudwica z ind 60 g (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,), sałata zielona 15 g , pomidory 50 g , Posiłek nocny: sok kubaś 300 ml , jabłka 200 g ,	
Wartości odżywcze: Energia kc: 1564.6 kcal; Białko ogółem: 64.58 g; Tłuszcz: 33.59 g; Węglowodany ogółem: 263.36 g; Wapń: 200.26 mg; Żelazo: 10.34 mg; Potas: 3659.43 mg; Sód: 2846.26 mg; Fosfor: 879.41 mg; Witamina D: 2.23 ug; Witamina A (ekwiw. retinolu): 2630.16 ug; Witamina B6: 2.43 mg; Witamina C: 108.05 mg; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 6.85 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g; suma cukrów prostych: 40.64 g;			