

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
śniadanie - II śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), płatki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (4), chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3platy 45g (145612502), Papryka wie a 60g 60g,	Zupa z soczewic i ziemniakami. 350ml (145612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), surówka z kapusty peki skiej 100g 100g (24), ry biały 200g 200g (4), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (4),	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 158% 20g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Wartości odżywcze: : 2165,75 kcal; : 89,09g; : 80,71g; : 277,53g; : 250,49mg; : 11,77mg; : 255,67mg; : 7,55g; : 52,57g; : 28,98g; : 29,69g; : 23,43g; : 3020,11mg; : 3685,5mg; : 1396,47mg

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna D02		
płatki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (4), pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), Schab pieczony 45g 3platy 45g (145612502), chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1245612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 150g (4), bukiet królewski 150g 150g (4), ry biały 200g 200g (4), kisiel - kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 158% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: mus owocowy 100g 100ml, Biskopki 5szt 15g (12),

Wartości odżywcze: : 2168,44kcal; : 90,78g; : 72,84g; : 293,83g; : 176,8mg; : 12,09mg; : 310,01mg; : 5,81g; : 83,02g; : 32,25g; : 29,17g; : 57,2g; : 2316,77mg; : 3218,94mg; : 1319,42mg

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przysw. w.gł. D03		
pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), płatki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (4), chleb razowy 60g 2kr 60g (4), Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Schab pieczony 45g 3platy 30g (145612502), Papryka wie a 60g 60g,	Zupa z soczewic i ziemniakami. 350ml (145612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), ry br zowy 200g 200g, surówka z kapusty peki skiej 100g 100g (24), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g (4),	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, masło ro 158% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (4), Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g, jajko na twardo 1szt 1szt (4),
II śniadanie: kromka chleba razowego z w. dlin 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60g (4),		Posiłek nocny: Grahanka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Wartości odżywcze: : 2376,91 kcal; : 96,79g; : 87,47g; : 314,09g; : 243,89mg; : 15,89mg; : 445,65mg; : 8,92g; : 48,45g; : 31,03g; : 45,51g; : 19,7g; : 3564,39mg; : 4158,14mg; : 1875,71mg

poniedziałek 2026-04-13 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05		
pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), Schab pieczony 45g 3platy 45g (145612502), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g, Salata 18g, płatki j. czmienne na mleku 300ml 300ml (4),	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1245612502), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 150g (4), ry biały 200g 200g (4), kisiel - kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło ro 158% 20g,
		Posiłek nocny: Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

Wartości odżywcze: : 2111,73 kcal; : 100,25g; : 59,35g; : 299,53g; : 135,55mg; : 12,54mg; : 279,61mg; : 7,45g; : 53,92g; : 24,04g; : 26,97g; : 26,08g; : 2967,07mg; : 3088,33mg; : 1452,92mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (✓), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, Salátka z rzodkiewki, ogórka i salaty 120g 120g (✓), chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (✓), maslo mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (✓), Gol bki 200g 200g (✓), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, gruszka 150g 150g, sos pomidorowy 100ml 100ml (✓),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, salátka z ry em ogórkiem, w dlin i kop. 100g 100g (<u>1 2 4 6 S02 S02</u>), maslo ro l 55% 20g, chleb zwykly 2kr 70g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (✓), Salata 18g,
		Posilek nocny: Bulka pszenna 45g 45g, ser dity 15g 1pl (✓), maslo 83% 15g, ogórek zielony 25g 25g,

Warto ci od wcz: : 2304.51 kcal; : 82.39g : 77.23g : 326.25g : 161.9mg : 10.44mg : 257.71 mg : 7.44g : 57.37g : 4059g : 29.04g : 21.89g : 2978.75mg : 4034.06mg : 1325.08mg

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna D02		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (✓), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 3 kromki 90g, maslo mini 10g 10g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (✓), Gol bki bez zawijania 150g 150ml (<u>1 2</u>), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki 200g 200g, sos pomidorowy 100ml 100ml (✓), Jablko pieczone 150g 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (✓), salátka z ry em ogórkiem, w dlin i kop. 100g 100g (<u>1 2 4 6 S02 S02</u>),
		Posilek nocny: kisiel owocowy 250ml,

Warto ci od wcz: : 2049.49kcal; : 80.59g : 60.03g : 299.37g : 125.63mg : 9.54mg : 321.5mg : 6.76g : 74.51g : 3285g : 22.33g : 41.21g : 2704.21mg : 3904.47mg : 1233.58mg

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. latwo przysw w gl. D03		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (✓), Salátka z rzodkiewki, ogórka i salaty 120g 120g (✓), chlebrazowy 60g 2kr 60g (✓), maslo mini 10g 10g, Salata 18g, Papryka wie a 60g 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka konserwowa 30g / 2pl 30g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (✓), Gol bki bez zawijania 150g 150ml (<u>1 2</u>), ziemniaki 200g 200g, kisiel kompot 250ml cukrzyca 250ml, sos pomidorowy 100ml 100ml (✓), Jablko 1szt 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salátka z ry embr z ogórkiem, w d. koper. 100g 100g (<u>2 4 6 S02 S02</u>), Salata 18g, chleb razowy 60g 2kr 60g (✓), maslo ro l 55% 20g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (✓),
II niadanie Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,		Posilek nocny: Bulka grahamka 45g 45g, ser dity 15g 1pl 15g (✓), maslo 83% 15g, ogórek zielony 25g 25g,

Warto ci od wcz: : 2403.74 kcal; : 93.94g : 81.47g : 334.26g : 193.8mg : 14.35mg : 369.35 mg : 7.94g : 51.47g : 4399g : 38.01g : 18.97g : 3168.73mg : 4377.61mg : 1809.72mg

wtorek 2026-04-14 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna z ogr. tluszczu D05		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (✓), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (✓), Gol bki bez zawijania 150g 150ml (<u>1 2</u>), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, sos pomidorowy 100ml 100ml (✓), Jablko pieczone 150g 150g,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, salátka z ry em ogórkiem, w dlin i kop. 100g 100g (<u>1 2 4 6 S02 S02</u>), chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (✓),
		Posilek nocny: Bulka psz. z maslem i wedlin 85g,

Warto ci od wcz: : 1966.21 kcal; : 87.98g : 46.79g : 310.73g : 126.09mg : 10.69mg : 278.9mg : 7.67g : 53.91g : 2042g : 25.12g : 21.32g : 3065.9mg : 4051.71mg : 1346.35mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
roda 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
salatka jarzynowa 100g 100g (245), masło mini 10g 10g, Rzodkiewka 40g 40g, PIECZE RZYMSKA 3PLASTRY 40g (12), chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa fasolowa 350ml 350ml (1456 1250), kotlet mielony wieprz. pieczony 120g 120g (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Buraczki na ciepło 150g 150g,	chleb zwykły 2kr 70g, pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Ogórek kiszony 50g 50g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z pasztetem i ogórkiem 85g,

Wartość od poprzedniego dnia: 224082kcal; 92.5g; 91.6g; 267.75g; 10884mg; 16.21mg; 394.44mg; 9.53g; 44.09g; 36.73g; 29.51g; 36.31g; 3807.36mg; 4211.31mg; 1184.8mg

roda 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna D02		
salatka jarzynowa 100g 100g (245), PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (12), chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Buraczki na ciepło 150g 150g,	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Budy 250g 250ml (2),

Wartość od poprzedniego dnia: 213088kcal; 77.62g; 80.7g; 276.75g; 11001mg; 13.97mg; 360.54mg; 6.66g; 73.02g; 37.77g; 23.02g; 54.08g; 2652.93mg; 3861.61mg; 1133.13mg

roda 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przysw. w g. D03		
chleb razowy 60g 2kr 60g (2), masło mini 10g 10g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 40g (12), Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, salatka jarzynowa 100g 100g (245), Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Rzodkiewka 40g 40g,	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z kapusty kiszanej 100g 100g,	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
II niadanie: kromka chleba razowego z jajkiem i ogórkiem 65g (12),		Posilek nocny: Bułka grahamka z pasztetem i ogórkiem 85g,

Wartość od poprzedniego dnia: 2125.42kcal; 82.55g; 86.45g; 262.47g; 105.24mg; 15.73mg; 565.36mg; 8.65g; 31.4g; 38.87g; 33.33g; 21.28g; 3450.01mg; 3605.82mg; 1391.24mg

roda 2026-04-15 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05		
chleb zwykły 3 kromki 90g, kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, Salata 18g, Serek kanapkowy typu Tartare 30g 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, salatka jarzynowa 100g 100g (245),	Zupa wiejska z kasz jaglan 350ml (1456 1250), pulpety wieprz. z łopatki 90g 90g (2), sos pomidorowy 100ml 100ml (2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, bukiet królewski 150g 150g (2),	pol dwica sopocka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło ro 155% 20g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartość od poprzedniego dnia: 1950.42kcal; 79.13g; 69.82g; 256.12g; 125.42mg; 12.12mg; 340.16mg; 7.61g; 33.05g; 34.97g; 25.85g; 22.08g; 3037.24mg; 3312.93mg; 1099.62mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie-II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posiłek nocny
czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
platk j czmiennie na mleku 300ml 300ml (1,2), Salata z fet , salat i pomidorem 100g 100g (2), Pasta z diecierzycy 80g 80g (1,4,5,6,12,50), chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30 g (2), maslo mini 10g 10g, szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa- urek 350ml (1,2,4,5,6,12,50), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,50), surówka z kapusty balej 150g 100g, kisiel - kompot 250 250ml, kasza p czak 200g 200g,	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1,2), Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, maslo ro l 55% 20g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bulka pszenna 45g 45g, Pasta twarogowa z koperkiem 40g 40g (2),

Warto ci od wcz: : 2379,39kcal: : 104,66g : 79,06g : 320,69g : 153,08mg : 14,42mg : 423,84mg : 7,35g : 57,32g : 30,25g : 32,99g : 28,23g : 2945,58mg :
3957,37mg : 1749,93mg

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna D02		
platk j czmiennie na mleku 300ml 300ml (1,2), ser dty 2pl 30g (2), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 3kromki 90 g, maslo mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (4,5), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6 12,50), kasza j czmienna 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Brokul na parze 150g 120g (2),	maslo ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykly 3kromki 90g, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1 2), ser dty 2pl 30g (2),
		Posiłek nocny: pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (2), Bulka pszenna 45g 45g,

Warto ci od wcz: : 2297,28kcal: : 108,36g : 79,62g : 292,13g : 101,51mg : 11mg : 325,71mg : 7,11g : 47,24g : 41,41g : 26,76g : 21,99g : 2839,5mg :
3060,54mg : 1725,12mg

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przysw w gl. D03		
platk j czmiennie na mleku 300ml 300ml (1,2), Pasta z diecierzycy 80g 80g (1,4,5,6,12,50), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g , Salata z fet , salat i pomidorem 100g 100g (2), maslo mini 10g 10g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml. 250ml,	Zupa- urek 350ml (1,2,4,5,6,12,50), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,50), kasza p czak 200g 200g, surówka z kapusty balej 150g 150g, kisiel - kompot 250 250ml,	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1,2), Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml. 250ml, Pomidor 100g 100g,
II niadanie: kefir 150g 1 szt, kromka chleba razowego z szynk , ogórkiem wie ym 65g 65g (2),		Posiłek nocny: bulka grahamka z twaro kiem i ogórkiem 80g (2),

Warto ci od wcz: : 2471,69kcal: : 112,94g : 84,49g : 327,78g : 170,14mg : 16,53mg : 441,33mg : 7,92g : 61,82g : 32,09g : 41,89g : 24,71g : 3174,02mg :
4521,32mg : 2074,51mg

czwartek 2026-04-16 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05		
kasza manna na mleku 300ml 300ml (1,2), szynka konserwowa 60g- 3pl 45g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, maslo mini 10g 10g, Pasta z diecierzycy 80g 80g (1,4,5,6,12,50),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (4,5), kisiel - kompot 250 250ml, gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,50), kasza j czmienna 200g 200g (2), Brokul na parze 150g 150g (2),	D em 25g 25g, Salata 18g, chleb zwykly 3kromki 90g, maslo ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1,2),
		Posiłek nocny: pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (2), Bulka pszenna 45g 45g,

Warto ci od wcz: : 2295,25kcal: : 96,31g : 74,79g : 315,5g : 147,44mg : 10,96mg : 291,06mg : 5,99g : 63,45g : 34,15g : 28,73g : 29,42g : 2394,41mg :
3336,33mg : 1429,76mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
pi tek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (1, 4, 5, 6, 12, 502), Salata 18g, Schab pieczony 45g 3plaitry 30g (1, 4, 5, 6, 12, 502), Salata z papryki i rukoli 150g 150g (1, 2), chleb zwykly 3 kromki 90g, maslo mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa barszcz czerwony 350ml 300ml (1, 4, 5, 6, 12, 502), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Kotletrybny pieczony 100g 100g (1, 2, 4, 5, 12, 502, 502), surówka z kapusty kiszanej 100g 100g,	szynka z indyka 40g/2pl 30g, Salata z ziemniaków ledzia, ogórka konserwowej 150g 150g (2, 4), maslo ro 1 58% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (1),
		Posilek nocny: chleb zwykly 2kr 70g, maslo mini 10g 10g, szynka z indyka 40g/2pl 40g, Ogórek kiszony 50g 50g,

Warto ci od wcz: : 1995.97 kcal; : 92.53g; : 75.64g; : 240.78g; : 188.18mg; : 11.87mg; : 332.76mg; : 15.33g; : 45.39g; : 36.09g; : 25.92g; : 31.75g; : 6138.18mg; : 3773.59mg; : 1369.53mg

pi tek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna D02		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, Schab pieczony 45g 3plaitry 30g (1, 4, 5, 6, 12, 502), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (1, 4), chleb zwykly 3 kromki 90g, maslo mini 10g 10g,	zupa barszcz czerwony 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 502), Kotletrybny pieczony 100g 100g (1, 2, 4, 5, 12, 502, 502), ziemniaki 200g 200g, bukietkrólewski 150g 100g (1, 2), kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (1),	Salata z ziemniaków ledzia, ogórka konserwowej 150g 150g (2, 4), szynka z indyka 40g/2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, maslo ro 1 58% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Budy 250g 250ml (1),

Warto ci od wcz: : 1992.88 kcal; : 90.62g; : 70.76g; : 250.52g; : 126.44mg; : 10.61mg; : 317.57mg; : 13.3g; : 70.39g; : 35.25g; : 21.07g; : 48.74g; : 5325.52mg; : 3739.89mg; : 1335.96mg

pi tek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. latwo przysw w gl. D03		
Pasta z twarogu i chrzanu 80g 80g (1, 4), chlebrazowy 60g 2kr 60g (1, 2), maslo mini 10g 10g, Herbata b/c 250ml. 250ml, Schab pieczony 45g 3plaitry 30g (1, 4, 5, 6, 12, 502), Salata z papryki i rukoli 150g 150g (1, 2),	zupa barszcz czerwony 350ml 300ml (1, 4, 5, 6, 12, 502), Kotletrybny pieczony 100g 100g (1, 2, 4, 5, 12, 502, 502), surówka z kapusty kiszanej 100g 100g, ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	Salata z ziemniaków ledzia, ogórka konserwowej 150g 150g (2, 4), szynka z indyka 40g/2pl 30g, maslo ro 1 58% 20g, Pomidor 100g 100g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (1, 2), Herbata b/c 250ml. 250ml, Salata 18g,
II niadanie kromka chleba razowego z szynk, ogórkiem wie ym 65g 65g (1, 2), Majonez 10g 10ml (2, 4),		Posilek nocny: chlebrazowy 60g 2kr 60g (1, 2), maslo mini 10g 10g, szynka z indyka 40g/2pl 40g,

Warto ci od wcz: : 2097.29 kcal; : 95.96g; : 85.41g; : 246.02g; : 206.76mg; : 14.52mg; : 347.15mg; : 15.45g; : 43.77g; : 37.1g; : 36.54g; : 27.53g; : 6181.94mg; : 4358.65mg; : 1621.76mg

pi tek 2026-04-17 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna z ogr. tluszczu D05		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (1, 4), chleb zwykly 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, banan 200g 200g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g,	zupa barszcz czerwony 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 502), ziemniaki 200g 200g, bukietkrólewski 150g 100g (1, 2), kisiel - kompot 250 250ml, Kotletrybny pieczony 100g 100g (1, 2, 4, 5, 12, 502, 502), sos koperkowy 100ml 100ml (1),	szynka z indyka 60g/3pl 60g, chleb zwykly 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, maslo ro 1 58% 20g,
		Posilek nocny: chleb zwykly 2kr 70g, maslo mini 10g 10g, szynka z indyka 40g/2pl 40g,

Warto ci od wcz: : 1877.71 kcal; : 84.65g; : 51.2g; : 273.79g; : 130.85mg; : 11mg; : 290.58mg; : 7.42g; : 70.16g; : 28.57g; : 25.11g; : 47.58g; : 2973.78mg; : 4010.35mg; : 1142.3mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczypioru 80g 80g (4), Pomidor 100g 100g, Salata 18g, maslo mini 10g 10g, chleb zwykly 3 kromki 90g, szynka konserwowa 30g / 2pl 30g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SQ), filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SQ, SQ2), makaron penne 200g 200g, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (4,5), kisiel - kompot 250 250ml, sos brokulowy 150g 150ml (1),	Ser topiony 33g 33g (4), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, maslo ro l 55% 20g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, salatka jarzynowa 100g 100g (2,4,5),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Warto ci od ycze: : 2069,94kcal; : 100,69g; : 59,27g; : 287,18g; : 150,97mg; : 1003mg; : 353,88mg; : 8,74g; : 79,18g; : 32g; : 23,69g; : 48,8g; : 3495,78mg; : 3441,47mg; : 1502,07mg

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna D02		
Kawa z mlekiem z/c 250ml 250ml (4), pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (4), Salata 18g, maslo 83% 15g, chleb zwykly 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, szynka konserwowa 30g / 2pl 30g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SQ), sos brokulowy 150g 150ml (1), makaron penne 200g 200g, marchewoprószana 150g 100g (1), kisiel - kompot 250 250ml, filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SQ, SQ2),	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, salatka jarzynowa 100g 100g (2,4,5), Ser topiony 33g 33g (4), masloro l 55% 20g, chleb zwykly 2kr 70g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, Salata 18g,
		Posilek nocny: Kisiel owocowy(mr) 250ml. 250ml, Biskwopty 5 szt 15g (1,2),

Warto ci od ycze: : 2079,19kcal; : 100,56g; : 65,53g; : 275,29g; : 162,59mg; : 1017mg; : 403,15mg; : 8,41g; : 62,25g; : 36,15g; : 22,65g; : 34,4g; : 3366,02mg; : 3279,61mg; : 1502,35mg

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. latwo przysw w gl. D03		
kawa zbo owa b/c 250ml. 250ml (4), pasta z twarogu, papryki, w dliny i szczypioru 80g 60g (4), Salata 18g, maslo mini 10g 10g, Ogórek kiszony 50g 50g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (1,2), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SQ), sos brokulowy 150g 150ml (1), makaron pelnoziamisty 200g 200g, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (4,5), kisiel kompot 250ml cukrzyca 250ml, filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SQ, SQ2),	Ser topiony 33g 33g (4), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Pomidor 100g 100g, maslo ro l 55% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), herbata owocowa b/c 250ml 250ml, Salata 18g, salatka jarzynowa 100g 100g (2,4,5),
II niadanie: kromka chleba razowego z jajkiem i ogórkiem 65g (1,2),		Posilek nocny: kromka chleba razowego z w dlin 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60g (1,2),

Warto ci od ycze: : 1932,77kcal; : 100,23g; : 63,37g; : 247,03g; : 149,63mg; : 12,91mg; : 509,92mg; : 11,25g; : 45,49g; : 33,03g; : 32,55g; : 16,58g; : 4503,72mg; : 3847,05mg; : 1760,25mg

sobota 2026-04-18 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna z ogr. tuszczu D05		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (4), szynka z indyka 40g/2pl 30g, Salata 18g, maslo 83% 15g, chleb zwykly 3kromki 90g, D em 25g 25g,	zupa pomidorowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SQ), sos brokulowy 150g 150ml (1), makaron penne 200g 200g, marchewoprószana 150g 100g (1), kisiel - kompot 250 250ml, filet drob. duszony 80g 110g (1,4,5,6,12,SQ, SQ2),	kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, maslo ro l 55% 20g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykly 3 kromki 90g, herbata owocowa z/c 250ml 250ml, Salata 18g, salatka jarzynowa 100g 100g (2,4,5),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, Biskwopty 5szt 15g (1,2),

Warto ci od ycze: : 2103,73kcal; : 95,05g; : 53,82g; : 313,38g; : 134,04mg; : 102mg; : 384,39mg; : 8,14g; : 87,85g; : 28,27g; : 23,14g; : 64,43g; : 3252,59mg; : 3180,13mg; : 1241,66mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
nieдіa 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, Pasta z soczewicy 80g 80g (<u>1 4 5 6 12 50</u>), Pomidor 100g 100g, masło mini 10g 10g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (<u>1</u>), Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, buraczki z jabłkiem 100g 100g, kisiel - kompot 250 250ml, karkówka w sosie pieczeniowym 160g 160g (<u>1 4 5 6 12 50</u>),	Salatka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (<u>1 4 5 6 7 12 50</u>), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml, Jogurt naturalny 1szt 1 szt (<u>4</u>),

Wartość od poprzedniego dnia: 187313kcal; 83.67g; 66.73g; 237.07g; 115.24mg; 11.18mg; 286.29mg; 6.28g; 67.96g; 30.57g; 22.04g; 53.44g; 2515.21mg; 3613.08mg; 1141.24mg

nieдіa 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna D02		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>), chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>),	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), marchew oprószana 150g 150g (<u>1</u>), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	salatka z buraczką, jabłkami i rukolą 120g 120g (<u>4 7</u>), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartość od poprzedniego dnia: 2024.51kcal; 90.47g; 73.07g; 256.55g; 113.08mg; 10.99mg; 327.73mg; 7.64g; 81.47g; 34g; 26.71g; 53.91g; 3048.1mg; 4113.13mg; 1216.02mg

nieдіa 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przysw. w g. D03		
Pasta z soczewicy 80g 80g (<u>1 4 5 6 12 50</u>), masło mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, Pomidor 100g 100g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>), Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	Salatka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (<u>1 4 5 6 7 12 50</u>), szynka wile ska 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (<u>1</u>), Salata 18g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
II niadanie kromka chleba raz. z twar. ogórkiem 80g 80g (<u>1 4</u>),		Posilek nocny: Kromka chleba raz. z w. dlin i rzodkiewk 40g (<u>1</u>),

Wartość od poprzedniego dnia: 1906.91kcal; 91.16g; 65.58g; 246.01g; 125.74mg; 13.42mg; 311.87mg; 7.79g; 50.78g; 32.03g; 35.42g; 25.52g; 3114.42mg; 4226.69mg; 1529.52mg

nieдіa 2026-04-19 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ogr. tłuszczu D05		
kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, pasta z warzyw 80g 80g (<u>2 4 5</u>), chleb zwykły 3kromki 90g, Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (<u>4</u>), Pomidor 100g 100g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml. 350ml (<u>1 2 5</u>), pulpety wieprz. z łopatką 90g 90g (<u>2</u>), sos pomidorowy 100ml 100ml (<u>1</u>), ziemniaki 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (<u>1</u>), kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wile ska 60g/3pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, salatka z buraczką, jabłkami i rukolą 120g 120g (<u>4 7</u>),
		Posilek nocny: mus owocowy 100g 100ml,

Wartość od poprzedniego dnia: 1900.21kcal; 97.21g; 55.33g; 267.31g; 113.08mg; 11.44mg; 273.61mg; 8.4g; 81.66g; 19.06g; 27.41g; 54.36g; 3346.68mg; 4217.62mg; 1272.66mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1,4), pasta z warzywmi fileta drobi 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (1,2), masło mini 10g 10g, Papryka wiejska 60g 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewki i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 150g 100g (2,4), fasolka szparagowa zielona got 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	twaróg 30g/pudełko 30g, Salata z dederzyc i pomidorami 150g 150g (1,2), pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 155% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z paszylem i ogórkiem 85g,

Wartości od ywcz: : 2276,38kcal; : 80,16g; : 81,83g; : 312,8g; : 219,89mg; : 13,57mg; : 258,62mg; : 8,03g; : 55,31g; : 31,19g; : 31,93g; : 27,31g; : 3213,2mg; : 3474,1mg; : 1339,57mg

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwo strawna D02		
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1,4), pasta z warzywmi fileta drobi 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, chleb zwykły 3kronki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewki i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), marchewkoproszana 150g 150g (1), bukiet królewski 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	twaróg 30g/pudełko 30g, pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 155% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g,
		Posilek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartości od ywcz: : 2144,22kcal; : 78,78g; : 67,7g; : 312,78g; : 106,76mg; : 11,69mg; : 263,02mg; : 6,74g; : 61,5g; : 33,85g; : 31,84g; : 30,81g; : 2703,91mg; : 3214,66mg; : 1257,27mg

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przysw. w g. D03		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), pasta z warzywmi fileta drobi 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1,2), Salata 18g, Papryka wiejska 60g 60g, Herbata b/c 250ml 250ml,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewki i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry br zowy 200g 200g, surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 150g 100g (2,4), fasolka szparagowa zielona got 150g 150g (1), kisiel kompot 250ml cukrzyca 250ml,	Salata z dederzyc i pomidorami 150g 150g (1,2), pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Herbata b/c 250ml 250ml, Salata 18g, twaróg 30g/pudełko 30g,
II niadanie: kronka chleba razowego z szynką, ogórkiem wiejskim 65g 65g (1,2)		Posilek nocny: bułka grahamka z szynką, ogórkiem kisz. 80g,

Wartości od ywcz: : 2128,07kcal; : 87,21g; : 58,16g; : 338,44g; : 213,52mg; : 15,63mg; : 178,03mg; : 8,65g; : 48,14g; : 15,24g; : 48,42g; : 19,44g; : 3446,83mg; : 3396,49mg; : 1796,69mg

poniedziałek 2026-04-20 Jadłospis dla diety: Dieta łatwo strawna z ogr. tłuszczu D05		
Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml (1,4), pasta z warzywmi fileta drobi 80g 80g (2,4,5), szynka wiejska 60g/3pl 60g, chleb zwykły 3kronki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g,	zupa krupnik 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), potrawka z kurczaka z marchewki i koperkiem 150ml 150ml (1,4), ry biały 200g 200g (1), marchewkoproszana 150g 150g (1), Brokuł na parze 150g 100g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	pol dwica drobiowa 30g 2pl 30g (6,SO2,SO), chleb zwykły 3kronki 90g, masło ro 155% 20g, Salata 18g, D em 25g 25g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

Wartości od ywcz: : 2081,86kcal; : 83,98g; : 55,62g; : 317,84g; : 107,69mg; : 11,59mg; : 245,12mg; : 7,47g; : 59,94g; : 27,03g; : 29,23g; : 30,56g; : 2987,31mg; : 3242,47mg; : 1310,26mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (2), Pomidor 100g 100g, Rzodkiewka 40g 40g, Mjonez 10g 10ml (2)	Zupa -kapu niak ze slod.kapusty 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, S01), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Udkopieczone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (4, 5)	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (4), chleb zwykly 2kr 70g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ogórek konserwowy 50g 50g,
		Posilek nocny: bulka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (4)

Warto ci od ycze: : 2063.59kcal; : 85.66g; : 80.49g; : 253.64g; : 125.09mg; : 10.92mg; : 459.54mg; : 6.56g; : 42.12g; : 32.26g; : 25.34g; : 23.03g; : 2636.18mg; : 3556.38mg; : 1323.53mg

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna D02		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykly 3kronki 90g, Salata 18g, ketchup 25g 25g,	Zupa kartoflanka 350ml 350ml (1), Udko drob.duszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (1), kisiel - kompot 250 250ml, marchewopróżzana 150g 150g (1)	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 80g (4), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bulka psz.z pasta z twarogu 85g (4)

Warto ci od ycze: : 2171.2kcal; : 88.97g; : 77.52g; : 284.35g; : 112.13mg; : 11.71mg; : 478.25mg; : 8.7g; : 43.04g; : 33.88g; : 26.37g; : 28.78g; : 3483.54mg; : 3891.9mg; : 1321.59mg

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. latwo przysw w gl. D03		
pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (1), Rzodkiewka 40g 40g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2)	Zupa -kapu niak ze slod.kapusty 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, S01), Udkopieczone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (4, 5), sos koperkowy 100ml 100ml (1)	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (4), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml. 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (1)
II niadanie kronka chleba raz. z twar, ogórkiem 80g 80g (1, 4)		Posilek nocny: bulka grahamka z twarogiem i ogórkiem 80g (4)

Warto ci od ycze: : 2051.03kcal; : 88.04g; : 75.54g; : 261.74g; : 133.9mg; : 13.57mg; : 460.44mg; : 7.79g; : 42.25g; : 33.1g; : 33.8g; : 21.89g; : 3131.65mg; : 3970.27mg; : 1576.74mg

wtorek 2026-04-21 Jadłospis dla diety: Dieta latwo strawna z ogr. tluszczu D05		
twaróg 30g /pudenko 60g, pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykly 3kronki 90g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), ketchup 25g 25g,	Zupa kartoflanka 350ml 350ml (1), Udko drob.duszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jablko pieczone 150g 120g, sos koperkowy 100ml 100ml (1), marchewopróżzana 150g 150g (1)	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (4)
		Posilek nocny: Bulka psz.z pasta z twarogu 85g (4)

Warto ci od ycze: : 2039.79kcal; : 90.47g; : 59.28g; : 299.99g; : 109.57mg; : 11.83mg; : 415.26mg; : 8.89g; : 52.18g; : 18.71g; : 27.96g; : 31.31g; : 3558.08mg; : 3915.7mg; : 1337.54mg

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: wewn trzyny		
niadanie-II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
roda 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta podstawowa D01		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (1), Rzodkiewka 40g 40g, Majonez 10g 10ml (2),	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, S01), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Udko drobduszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (4, 5),	Pomidor 100g 100g, Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (4), chleb zwykly 2kr 70g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, szynka konserwowa 30g /2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz.z pasta z twarogu 100g (4),

Warto ci od ywze : 21007 kcal : 89.63g : 82.59g : 253.94g : 111.19mg : 12mg : 494.92mg : 7.2g : 39.16g : 32.34g : 24.7g : 22.54g : 2883.72mg : 325017mg : 1323.98mg

roda 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwo strawna D02		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykly 3kronki 90g, Salata 18g,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, S01, S02), Udko drobduszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, marchewoprószana 150g 150g (1), sos koperkowy 100ml 100ml (1),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 80g (4), szynka wile ska 30g /2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posilek nocny: Bułka psz.z pasta z twarogu 100g (4),

Warto ci od ywze : 2050.89 kcal : 88.01g : 79.48g : 249.5g : 96.4mg : 11.58mg : 501.38mg : 7.4g : 38.68g : 35.11g : 23.43g : 24.65g : 2961.89mg : 3122.4mg : 1243.62mg

roda 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta z ogr. łatwo przysw w gl. D03		
pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2, 4), masło mini 10g 10g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (1), Rzodkiewka 40g 40g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2),	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, S01, S02), Udko drobduszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jablka 150g 150g (4, 5), sos koperkowy 100ml 100ml (1),	Salatka z ry em br z ogórkiem w d koper. 100g 100g (2, 4, 5, 6, 12, S01, S02), szynka wile ska 30g /2pl 30g, masło ro l 55% 20g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, chlebrazowy 60g 2kr 60g (1),
II niadanie kromka chleba raz. z twar, ogórkiem 80g 80g (1, 4),		Posilek nocny: bułka grahamka z szynk, ogórkiem kisz. 80g,

Warto ci od ywze : 2090.82 kcal : 87.61g : 80.99g : 260.23g : 119.56mg : 14.52mg : 492.04mg : 9.05g : 37.81g : 32.36g : 34.95g : 21.62g : 3623.48mg : 3704.23mg : 1581.61mg

roda 2026-04-22 Jadłospis dla diety: Dieta łatwo strawna z ogr. tłuszczu D05		
pasta z w dliny, sera dtegoz natk 80g 80g (2, 4), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykly 3kronki 90g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), ketchup 25g 25g, Salata 18g,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, S01, S02), Udko drobduszone 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, S01, S02), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jablko pieczone 150g 120g, marchewoprószana 150g 150g (1), sos koperkowy 100ml 100ml (1),	szynka wile ska 30g /2pl 30g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 100g (4),
		Posilek nocny: Bułka psz.z pasta z twarogu 100g (4),

Warto ci od ywze : 1944.27 kcal : 90.11g : 61.3g : 271.1g : 101.42mg : 12.15mg : 437.71mg : 8.19g : 51.12g : 19.83g : 26.02g : 30.37g : 3275.13mg : 3249.15mg : 1276.65mg