

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zakład Chirurgiczny		
śniadanie - II śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (✓), sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 120g 100g (✓), chleb razowy 60g 2kr 60g (✓), masłomini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Chleb zwykły 1 kromka 35g 35g, szynka wileńska 30g/2pl 30g,	zupa ogórkowa z ziemniakami 350g 350ml (✓), fasolka po brebsku 250g (1,4,5,6,12,50), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 150g,	szynka wileńska 30g/2pl 30g, masło rolnicze 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Sałata 18g, sałata z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (✓),
		<b>Posiłek nocny:</b> bułka psz. z masłem wędlin i papryk 85g,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2296,39kcal; 85,48g; 70,63g; 342,28g; 207,44mg; 17,39mg; 255,79mg; 81g; 56,52g; 29,79g; 41,87g; 33,67g; 3240,5mg; 5121,97mg; 1503,95mg

<b>wtorek 2026-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
masłomini 10g 10g, Sałata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (✓), szynka wileńska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g,	zupa koperkowa z ziemniakami 350ml 350ml (✓), Kurczak po chińsku 250g 200g (✓), ryż biały 200g 200g (✓), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,	szynka wileńska 30g/2pl 30g, sałata z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (✓), chleb zwykły 2kr 70g, Sałata 18g, masło rolnicze 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wędlin 85g,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2041,35kcal; 82,23g; 58,4g; 300,24g; 104,85mg; 9,53mg; 291,96mg; 6,94g; 55,52g; 27,32g; 23,6g; 34,28g; 2780,24mg; 3448,34mg; 1175,48mg

<b>wtorek 2026-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6</b>		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (✓), szynka wileńska 30g/2pl 30g, sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 120g 100g (✓), chleb razowy 60g 2kr 60g (✓), masłomini 10g 10g, Sałata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa ogórkowa z ziemniakami 350g 350ml (✓), ryż brzoza 200g 200g, Kurczak po chińsku 250g 200g (✓), kisiel - kompot 250 250ml,	sałata z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (✓), szynka wileńska 30g/2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (✓), masło rolnicze 155% 20g, Herbata z/c 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
<b>II śniadanie:</b> Jogurt naturalny 1szt 1 szt (✓), mus owocowy 100g 100ml,		<b>Posiłek nocny:</b> bułka grahamka z szynką, ogórkiem kisz. 80g,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2127,57kcal; 86,46g; 66,21g; 305,79g; 137,1mg; 11,98mg; 277,35mg; 8,15g; 60,83g; 25,83g; 35,71g; 44,37g; 3247,79mg; 3633,39mg; 1576,96mg

<b>wtorek 2026-01-20</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (✓), chleb zwykły 3 kromki 90g, masłomini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka wileńska 30g/2pl 30g,	zupa koperkowa z ziemniakami 350ml 350ml (✓), Kurczak po chińsku 250g 200g (✓), ryż biały 200g 200g (✓), banan 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	sałata z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (✓), szynka wileńska 30g/2pl 30g, Sałata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Jogurt naturalny 1szt 1 szt (✓),
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wędlin 85g,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2114,79kcal; 85,76g; 64,25g; 300,87g; 108,94mg; 9,13mg; 299,96mg; 7,03g; 56,27g; 28,74g; 21,7g; 34,29g; 2813,69mg; 3369,13mg; 1298,03mg

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3
<p>pastę z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Bułka pszenna 45g 45g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,</p>	<p>zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Kurczak po chińsku 250g 200g (2), ry biały 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,</p>	<p>szynka wędzona 30g / 2pl 30g, sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (24), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło rolnicze 55% 20g,</p>	
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wędlin 85g,</p>	

**Wartości odżywcze:** 2132,78 kcal; 84,35g; 5881g; 320,42g; 82,73mg; 9,78mg; 291,96mg; 7,3g; 52,72g; 27,33g; 24,5g; 34,07g; 2924,5mg; 3235,07mg; 1209,74mg

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL
<p>szynka wędzona 30g / 2pl 30g, sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 120g 100g (2), masło mini 10g 10g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4),</p>	<p>zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), fasolka po bretońsku 250g (14561250), Makaron z ryżu bezglutenowy 200g, banan 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,</p>	<p>szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (24), Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,</p>	
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Wafle kukurydziane 10g/2szt 10g,</p>	

**Wartości odżywcze:** 2116,8 kcal; 73,09g; 64,1g; 323,08g; 140,45mg; 16,97mg; 220,52mg; 4,01g; 62,09g; 24,91g; 39,54g; 37,91g; 1617,07mg; 4154,22mg; 1257,29mg

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Wegetariańska VE
<p>Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (4), sałata i rukola z pomidorami w sosie vinegrette 120g 100g (2), chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,</p>	<p>zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), fasolka po bretońsku 250g (14561250), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 150g,</p>	<p>sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (24), twaróg 30g / pudelko 60g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,</p>	
		<p><b>Posiłek nocny:</b> bułka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (4),</p>	

**Wartości odżywcze:** 2149,42 kcal; 76,58g; 64,45g; 325,78g; 171,49mg; 15,13mg; 206,66mg; 5,21g; 57,39g; 27,2g; 36,61g; 32,8g; 2083,41mg; 4856,47mg; 1373,55mg

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Dzieci 3a
<p>masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g,</p>	<p>zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Kurczak po chińsku 250g 200g (2), ry biały 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 150g,</p>	<p>sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (24), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,</p>	
	<p><b>Podwieczorek:</b> kisiel z jabłkiem 250ml,</p>	<p><b>Posiłek nocny:</b> bułka psz. z masłem wędlin i papryk 85g,</p>	

**Wartości odżywcze:** 2099,25 kcal; 80,27g; 62,19g; 307,11g; 146,3mg; 8,95mg; 291,96mg; 6,72g; 69,12g; 27,5g; 21,79g; 48,58g; 2693,48mg; 3138,94mg; 1165,34mg

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML
<p>masło mini 10g 10g, Dym 25g 25g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 3kronki 90g,</p>	<p>zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Kurczak po chińsku 250g 200g (2), ry biały 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,</p>	<p>szynka wędzona 30g / 2pl 30g, sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (24), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,</p>	
		<p><b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wędlin 85g,</p>	

**Wartości odżywcze:** 1977,87 kcal; 69,24g; 56,65g; 300,3g; 109,77mg; 8,88mg; 272,72mg; 6,28g; 58,25g; 24,19g; 21,81g; 36,64g; 2515,46mg; 3059,73mg; 1013,12mg

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i wydzielanie soku żołądkowego 4		
chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g, Salata 18g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Kurczak po chińsku 250g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ry biały 200g 200g (2), banan 200g 200g,	szynka wędzona 30g/2pl 30g, sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (2), Salata 18g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło rolnicze 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wędliną 85g,			

**Wartości odżywcze:** 208873kcal; 81.86g; 5827g; 30027g; 10485mg; 956mg; 29037mg; 684g; 55.25g; 27.26g; 23.6g; 3401g; 2738.44mg; 3437.38mg; 1173.41mg

wtorek 2026-01-20			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
Kawa z mlekiem białym 250ml 250ml (2), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (2), szynka wędzona 30g/2pl 30g, sałata i rukola z pomidorami w sosie vinaigrette 120g 100g (2), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Salata 18g,	zupa koperkowa z ziem 350ml 350ml (2), Kurczak po chińsku 250g 200g (2), ry biały 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,	szynka wędzona 30g/2pl 30g, sałatka z ziemniaków ogórka kiszzonego, jajka i pora 100g 100g (2), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Salata 18g, masło rolnicze 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> bułka psz. z serem i ogórkiem 85g (2),			

**Wartości odżywcze:** 21055kcal; 94.17g; 6213g; 29908g; 125.49mg; 11.25mg; 266.66mg; 7.11g; 63.93g; 23.49g; 3003g; 31.96g; 2837.92mg; 3859.03mg; 1617.12mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zakażeni		
śniadanie - II śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
rodzaj 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dżem z natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (2), Pomidor 100g 100g, Rzodkiewka 40g 40g, twaróg 30g, pudelko 30g, Majonez 10g 10ml (2),	Zupa szpinakowa z zacier 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Udko drożdżowe 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, 50, 50), surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (5),	Salatka z makaronem ryżowym w dlin i koperkiem 100g 100g (5), chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 155% 20g, Salata 18g, szynka wędzona 30g / 2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ogórek konserwowy 50g 50g,
		Posiłek nocny: bułka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (5)

Wartość odżywcza: 2056,25 kcal; 91,98g; 71,61g; 265,43g; 114,62mg; 12,28mg; 496,01mg; 8,23g; 41,86g; 30,96g; 25,35g; 25,39g; 3290,57mg; 3321,33mg; 1345,13mg

rodzaj 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), pasta z w dliny, sera dżem z natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, twaróg 30g, pudelko 30g, ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacier 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, 50), Udko drożdżowe 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, 50, 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (5), kisiel - kompot 250 250ml, marchew porzeczka 150g 150g (5),	Salatka z makaronem ryżowym w dlin i koperkiem 100g 80g (5), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rolnicze 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: Bułka psz. z pastą z twarogu 85g (5)

Wartość odżywcza: 1964,51 kcal; 86,45g; 67,65g; 256,32g; 101,81mg; 11,83mg; 497,86mg; 7,95g; 41,96g; 33,13g; 24,08g; 28,45g; 3179,73mg; 3178,57mg; 1224,23mg

rodzaj 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów 6		
pasta z w dliny, sera dżem z natk 80g 80g (2), masło mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (5), 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 zacier 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, 50), Udko drożdżowe 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, 50, 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (5), sos koperkowy 100ml 100ml (5),	Salatka z makaronem ryżowym w dlin i koperkiem 100g 100g (5), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, masło rolnicze 155% 20g, Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (5),
II śniadanie: kromka chleba raz. z twar. ogórkiem 80g 80g (5)		Posiłek nocny: bułka grahamka z szynką, ogórkiem kisz. 80g,

Wartość odżywcza: 2008,08 kcal; 90,3g; 65,37g; 270,19g; 119,29mg; 14,73mg; 497,19mg; 9,12g; 40,01g; 30,93g; 33,45g; 24,08g; 3646,84mg; 3635,42mg; 1516,72mg

rodzaj 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9		
jajko na twardo 1szt 1 szt (2), szynka z indyka 40g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, twaróg 30g/pudelko 30g (5), Jogurt naturalny 1szt 1 szt (5), pasta z w dliny, sera dżem z natk 80g 80g (2), ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacier 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, 50), Udko drożdżowe 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, 50, 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (5), sos koperkowy 100ml 100ml (5),	Salatka z makaronem ryżowym w dlin i koperkiem 100g 80g (5), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rolnicze 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		Posiłek nocny: bułka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (5)

Wartość odżywcza: 2097,62 kcal; 104,81g; 68,49g; 269,67g; 114,17mg; 12,37mg; 518,39mg; 8,66g; 49,55g; 33,21g; 24,73g; 29,71g; 3462,18mg; 3600,74mg; 1540,35mg

rodzaj 2026-01-21 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
twaróg 30g/pudelko 60g, pasta z w dliny, sera dżem z natk 80g 80g (2), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, chleb zwykły 3 kromki 90g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacier 350ml 350ml (1, 2, 4, 5, 6, 12, 50), Udko drożdżowe 100g 100g (1, 4, 5, 6, 12, 50, 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g, sos koperkowy 100ml 100ml (5), marchew porzeczka 150g 150g (5),	szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz.z pastą z twarogu 85g (24)
--	--	--

**Wartości odżywcze:** 1791.89 kcal; 77.45g; 63.21g; 240.52g; 97.5mg; 11.06mg; 455.37mg; 7.17g; 49.8g; 27.82g; 24.53g; 30.56g; 2870.99mg; 3004.5mg; 1121.28mg

rodzaj 2026-01-21 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b>		
jajko na twardo 1 szt 1 szt (24), pasta z w. dliny, sera dółego z natką 80g 80g (24), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (124 56 12 50), Udko drożdżone 100g 100g (124 4 56 12 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (24), sos koperkowy 100ml 100ml (24),	szynka wędzona 60g/3pl 60g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb bezglutenowy 3kr 90g,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 2kr 70g, masło mini 10g 10g, twaróg 30g/pudełko 30g (24), ogórek zielony 25g 25g,

**Wartości odżywcze:** 2202.93 kcal; 81.83g; 75.31g; 307.85g; 110.4mg; 15.82mg; 499.81mg; 5.71g; 45.97g; 35.87g; 34.07g; 32.25g; 2293.65mg; 3229.4mg; 1252.35mg

rodzaj 2026-01-21 <b>Jadłospis dla diety: Wegetariańska WE</b>		
jajko na twardo 1 szt 1 szt (24), Ser topiony 33g 33g (24), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3kronki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, twaróg 30g/pudełko 30g, ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (124 56 12 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, gulasz warzywny 250g 300g (24), kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (24),	Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24), ser dół 4pl 40g (24), Salata 18g, masło ro 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> bułka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (24),

**Wartości odżywcze:** 1975.95 kcal; 73.62g; 64g; 282.8g; 153.65mg; 12.06mg; 396.42mg; 7.27g; 53.7g; 35.56g; 29.43g; 32.44g; 2910.51mg; 3366.29mg; 1378.02mg

rodzaj 2026-01-21 <b>Jadłospis dla diety: Dzieci 6+</b>		
jajko na twardo 1 szt 1 szt (24), pasta z w. dliny, sera dółego z natką 80g 80g (24), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (124 56 12 50), Udko drożdżone 100g 100g (124 4 56 12 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, marchew porzeczka 150g 150g (24), kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (24),	szynka wędzona 30g/2pl 30g, Salata 18g, masło ro 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
	<b>Podwieczerek:</b> kisiel z jabłkiem 250ml,	<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml,

**Wartości odżywcze:** 1791.5 kcal; 67.97g; 61.48g; 244.04g; 103.78mg; 10.14mg; 462.67mg; 6.58g; 86.17g; 30.16g; 21.56g; 71.2g; 2635.4mg; 2959.8mg; 960.85mg

rodzaj 2026-01-21 <b>Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML</b>		
masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3kronki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, jajko na twardo 1 szt 1 szt (24), paszlet drobiowy 50g 50g, ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacierem 350ml 350ml (124 56 12 50), Udko drożdżone 100g 100g (124 4 56 12 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, surówka z marchewki i jabłka 120g 120g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wędzona 30g/2pl 30g, Salatka z makaronem ryżowym i koperkiem 100g 80g (24), Salata 18g, masło ro 155% 20g, chleb zwykły 3kronki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wędliną 85g,

**Wartości odżywcze:** 1936.41 kcal; 77.04g; 66.75g; 260.03g; 95.74mg; 11.82mg; 490.91mg; 7.63g; 37.37g; 31.78g; 22.58g; 26.56g; 3048.74mg; 2900.99mg; 1073.21mg

## Jadłospisy dla oddziałów

rodzaj 2026-01-21			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4		
jajko na twardo 1 szt (2), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g (2), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, twaróg 30g / pudełko 30g, pasta z w dliny, sera dżezgoz natk 80g 80g (2),	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), Udko drożduszone 100g 100g (1,4,5,6,12,SO1,SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (1), marchewoprószana 150g 150g (1),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 80g (4), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		Posilek noony: Bulka psz. z pasta z twarogu 85g (4),			

**Warto ci od ycze** : 1974,94kcal; : 91,75g : 68,62g : 251,07g : 96,13mg : 11,75mg : 51217mg : 7,86g : 38,78g : 33,6g : 23,28g : 25,27g : 3142,53mg : 3167,26mg : 1251,21mg

rodzaj 2026-01-21			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawarto ci kwasów tłuszczowych 7		
jajko na twardo 1 szt (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, twaróg 30g / pudełko 30g (4), ketchup 25g 25g,	Zupa szpinakowa z zacierk 350ml 350ml (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), Udko drożduszone 100g 100g (1,4,5,6,12,SO1,SO2), sos koperkowy 100ml 100ml (1), kisiel - kompot 250 250ml, surówka z selera, marchwi i jabłka 150g 150g (4),	Salatka z makaronem ry owym w dlin i koperkiem 100g 80g (4), szynka wile ska 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		Posilek noony: bulka psz. z serkiem i ogórkiem 85g (4),			

**Warto ci od ycze** : 2003,89kcal; : 100,51g : 63,21g : 262,36g : 117,29mg : 13,16mg : 626,07mg : 8,16g : 44,36g : 27,06g : 24,7g : 28,03g : 3260,29mg : 3356,99mg : 1423,84mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zaka ryaga		
niadanie-II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
<b>czwartek 2026-01-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
platkij czmiennie na mleku 300ml 300ml (4), Salátka z mozarelli, salaty i pomidora 100g 100g (1,4,5,6,7,12,SO), Pasta z diecierzycy 80g 80g (1,4,5,6,12,SO), chleb zwykly 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (2), maslomini 10g 10g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa kalafiorowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,SO), surówka z kapusty balej 150g 100g, kisiel - kompot 250 250ml, kasza gryczana 200g 200g,	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1,2), Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, masloro 155% 20g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posilek nocny:</b> pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bulka pszenna 45g 45g,

**Warto ci od wyzce:** : 2240.16kcal: : 99.79g : 75.96g : 296.94g : 1.63.9mg : 12.78mg : 286.06mg : 7.07g : 58.67g : 31.85g : 31.08g : 27.24g : 2825.4mg : 3638.35mg : 1678.26mg

<b>czwartek 2026-01-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
platkij czmiennie na mleku 300ml 300ml (4), pasztet drobiowy 50g 50g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykly 3 kromki 90g, 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,SO), kasza j czmienna 200g 200g (2), marchewoprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 120g (2),	PIECZE RZYMSKA 3 PLASTRY 60g (1,2), Salata 18g, masloro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykly 2kr 70g, Pomidor 100g 100g,
		<b>Posilek nocny:</b> pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bulka pszenna 45g 45g,

**Warto ci od wyzce:** : 2299.37kcal: : 96.98g : 79.32g : 307.72g : 129.53mg : 12.37mg : 319.55mg : 7.1g : 58.74g : 37.06g : 32.51g : 26.7g : 2833.3mg : 3677.54mg : 1512.16mg

<b>czwartek 2026-01-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6</b>		
platkij czmiennie na mleku 300ml 300ml (4), Pasta z diecierzycy 80g 80g (1,4,5,6,12,SO), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Salátka z mozarelli, salaty i pomidora 100g 100g (1,4,5,6,7,12,SO), maslo mini 10g 10g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml,	zupa kalafiorowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,SO), kasza gryczana 200g 200g, surówka z kapusty balej 150g 150g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata 18g, masloro 155% 20g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
<b>II niadanie</b> kefir 150ml 150ml (4), kromka chleba razowego z szynk, ogórkiem wile ym 65g 65g (2),		<b>Posilek nocny:</b> bulka grahamka z twarogiem i ogórkiem 80g (4),

**Warto ci od wyzce:** : 2205.41 kcal: : 98.25g : 76.15g : 293.45g : 179.53mg : 14.18mg : 225.9mg : 8.04g : 62.09g : 31.55g : 39.25g : 23.73g : 3211.02mg : 4019.41mg : 1867.59mg

<b>czwartek 2026-01-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
pasztet drobiowy 50g 50g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, chleb zwykly 3kromki 90g, maslo mini 10g 10g, D em 25g 25g, Salata 18g, platkij czmiennie na mleku 300ml 300ml (4),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (4,5), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,SO), kasza j czmienna 200g 200g (2), marchewoprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 120g (2),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata 18g, chleb zwykly 2kr 70g, masloro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, kefir 150ml 150ml (4),
		<b>Posilek nocny:</b> pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bulka pszenna 45g 45g,

**Warto ci od wyzce:** : 2283.62kcal: : 93.64g : 79.09g : 306.64g : 103.35mg : 11.35mg : 261.04mg : 7.64g : 67.88g : 37.96g : 30.57g : 27.14g : 3050.17mg : 3435.89mg : 1502.85mg

<b>czwartek 2026-01-22</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 300ml 300ml (1,4), szynka konserwowa 60g 3pl 45g, chleb zwykly 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, maslomini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (4,5), kisiel - kompot 250 250ml, gulasz wieprzowy 150ml 150g (1,4,5,6,12,SO), kasza j czmienna 200g 200g (2), marchewoprószana 150g 150g (2),	D em 25g 25g, Salata 18g, chleb zwykly 3kromki 90g, masloro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka wile ska 30g/2pl 30g,

## Jadłospisy dla oddziałów

		<b>Posilek noonny:</b> pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bułka pszenna 45g 45g,
--	--	--

**Wartości od yczce** : 2059.24 kcal : 85.3g : 59.18g : 301.58g : 5311 mg : 9.19mg : 220.55 mg : 6.44 g : 62.5g : 32.47g : 26.39g : 29.47g : 2572.33 mg : 2852.4 mg : 1253 mg

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL		
--	--	--

Kakao 250ml 250ml (4), Pasta z ciecierzycy 80g 80g (14561250), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Salata z mozarelli, salaty i pomidora 100g 100g (145671250), maslo mini 10g 10g, chleb bezglutenowy 2kr 70g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (45), gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), Makaron z ry u bezglutenowy 200g, Marchewoprószana 150g b/g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 100g (2),	Salatka z selerem i szynk 120g 120g (24), szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, chleb bezglutenowy 2kr 70g, Pomidor 100g 100g,
--	--	---

**Posilek noonny:** pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), chleb bezglutenowy 2kr 70g,

**Wartości od yczce** : 2344.27 kcal : 86.52g : 85.81 g : 283.41 g : 158.54mg : 14.19mg : 281 mg : 6.38g : 68.78g : 45.8g : 36.39g : 34.4g : 2558.31 mg : 3756.06 mg : 1314.48mg

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Wegetariańska VE		
---	--	--

Kakao 250ml 250ml (4), Salatka z mozarelli, salaty i pomidora 100g 100g (145671250), chleb zwykly 3 kromki 90g, maslo mini 10g 10g, Sertopiony 33g 33g (4), Pasta z ciecierzycy 80g 80g (14561250),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (45), Pierogi ruskie 350g 350g (12), kisiel - kompot 250 250ml, surówka z marchewki i jablka 120g 120g,	Salata 18g, D em 25g 25g, chleb zwykly 2kr 70g, maslo ro l 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
---	--	--

**Posilek noonny:** pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bułka pszenna 45g 45g,

**Wartości od yczce** : 2289.95 kcal : 71.92g : 91.39g : 300.7g : 131.84mg : 10.16mg : 216.16 mg : 6.24g : 70.75g : 36.44g : 27.53g : 33.01g : 2498.64mg : 3551.61 mg : 1366.42mg

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Dzieci ca		
--	--	--

Kakao 250ml 250ml (4), paszlet drobiowy 50g 50g, szynka konserwowa 30g/2pl 30g, maslo mini 10g 10g, chleb zwykly 2kr 70g, Pomidor 100g 100g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (45), gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), kasza j czmienna 200g 200g (2), marchewoprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 120g (2),	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata 18g, maslo ro l 55% 20g, chleb zwykly 2kr 70g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Ogórek zielony 50g 50g,
--	--	--

**Posilek noonny:** pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bułka pszenna 45g 45g,

**Wartości od yczce** : 2167.31 kcal : 84.33g : 75.16g : 295.17g : 126.9mg : 11.25mg : 242.64 mg : 6.88g : 75.86g : 35.92g : 29.64g : 44.8g : 2749.33mg : 3485.85 mg : 1297.78mg

czwartek 2026-01-22 Jadłospis dla diety: Beznleczna ML		
--	--	--

szynka konserwowa 60g-3pl 30g, Pasta z ciecierzycy 80g 80g (14561250), chleb zwykly 3 kromki 90g, maslo mini 10g 10g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (45), gulasz wieprzowy 150ml 150g (14561250), kasza j czmienna 200g 200g (2), buraczki z jablkiem 100g 100g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wile ska 30g/2pl 30g, Salata 18g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykly 2kr 70g, paszlet drobiowy 50g 50g, maslo ro l 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,
---	--	---

**Posilek noonny:** Bułka psz. z maslem i wedlin 85g,

**Wartości od yczce** : 1912.55 kcal : 65.77g : 72.23g : 255.04g : 104.35mg : 11.09mg : 219.75 mg : 7.34g : 45.95g : 29.78g : 26.69g : 32.21g : 2937.62mg : 2864.35 mg : 901.17mg

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-22			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4
Kakao 250ml 250ml (4), pasztecik drobiowy 50g 50g, szynka konserwowa 30g/3pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (45), kasza gryczana 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, gulasz wieprzowy 150ml 150g (1 4 5 6 12 50), marchew oprószana 150g 150g (1), Brokuł na parze 150g 120g (1),	szynka wileńska 60g/3pl 60g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 155% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,	
		Posilek nocny: pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bułka pszenna 45g 45g,	

**Wartości od ywcz:** 212003 kcal: 94g : 7691g : 26874g : 97.8mg : 11.85mg : 257.32mg : 7.57g : 51.54g : 36.57g : 27.96g : 26.6g : 3021.78mg : 3344.98mg : 1498.14mg

czwartek 2026-01-22			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
Salatka z mozzarelli, salaty i pomidora 100g 100g (1 4 5 6 7 12 50), chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Pasta z diecierzycy 80g 80g (1 4 5 6 12 50), Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, szynka konserwowa 60g- 3pl 45g,	zupa kalafiorowa 350ml. 350ml (1 4 5 6 12 50), gulasz wieprzowy 150ml 150g (1 4 5 6 12 50), kasza p czak 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 100g (1),	szynka z indyka 60g/3pl 60g, Salata 18g, masło 155% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g,	
		Posilek nocny: pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), Bułka pszenna 45g 45g,	

**Wartości od ywcz:** 195406 kcal: 89.06g : 63.19g : 266.52g : 168.33mg : 12.53mg : 204.77mg : 7.28g : 49.23g : 24.79g : 34.78g : 29.02g : 2906.01mg : 3616.12mg : 1458.33mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zaka ry aga		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
<b>pi tek 2026-01-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Salatka z papryki i rukoli 150g 150g ( <del>2</del> ), Pasta z twarogu rzodkiewki i szczypiorku 80g 80g ( <del>2</del> ), chleb zwykły 2kr 100g , Chleb razowy 1kr 30g ( <del>2</del> ), maslo mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml , Schab pieczony 45g 3platy 30g ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), Ciasto dro d owe 70g 70g ( <del>1 2 4</del> ),	zupa barszcz czerwony 300ml 300ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), ziemniaki z koperkiem 200g 200g , jajko na twardo 1szt 1 szt ( <del>2</del> ), Sos musztardowy 100ml 100g ( <del>1 4</del> ), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, kisiel - kompot 250 250ml ,	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g ( <del>2 4 5</del> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g , chleb zwykły 2kr 100g , maslo ro l 55% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml , Pomidor 100g 100g,
		<b>Posilek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1 g ,

**Warto ci od ycze** : 2348.62 kcal; 81.49g : 84.16g : 324.26g : 205.19mg : 15.05mg : 462.39mg : 6.71g : 57.92g : 40.08g : 31.92g : 39.51g : 2694.33mg : 4030.45mg : 1398.71mg

<b>pi tek 2026-01-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
Schab pieczony 45g 3platy 30g ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), chleb zwykły 3kromki 90g , maslo mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml , Salata 18g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <del>2</del> ), Ciasto dro d owe 70g 70g ( <del>1 2 4</del> ),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), marchewoprószana 150g 150g ( <del>2</del> ), kisiel - kompot 250 250ml , ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Sos musztardowy 100ml 100g ( <del>1 4</del> ), jajko na twardo 1szt 1 szt ( <del>2</del> ), bukietkrolewski 150g 150g ( <del>2</del> ),	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g ( <del>2 4 5</del> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g , chleb zwykły 2kr 70g , Salata 18g , maslo ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml ,
		<b>Posilek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1 g ,

**Warto ci od ycze** : 2307.82 kcal; 81.66g : 89.86g : 301.24g : 147.99mg : 14.68mg : 490.42mg : 6.17g : 58.24g : 45.4g : 32.67g : 40.79g : 2480.21mg : 3987.39mg : 1346.28mg

<b>pi tek 2026-01-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6</b>		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 90g ( <del>2</del> ), chleb razowy 60g 2kr 60g ( <del>2</del> ), Herbata b/c 250ml 250ml , Schab pieczony 45g 3platy 30g ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), Salatka z papryki i rukoli 150g 150g ( <del>2</del> ), maslo mini 10g 10g,	zupa barszcz czerwony 300ml 300ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), jajko na twardo 1szt 1 szt ( <del>2</del> ), Sos musztardowy 100ml 100g ( <del>1 4</del> ), surówka z marchewki i chrzanu 120g 120g, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml ,	Pomidor 100g 100g , salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g ( <del>2 4 5</del> ), chleb razowy 60g 2kr 45g ( <del>2</del> ), maslo ro l 55% 20g, kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g , Salata 18g , Herbata b/c 250ml 250ml ,
<b>II niadanie</b> Jogurt naturalny 1szt 1 szt ( <del>2</del> ), mus owocowy 100g 100ml ,		<b>Posilek nocny:</b> bułka grahamka z szynk , ogórkiem kisz. 80g ,

**Warto ci od ycze** : 1855.62 kcal; 72.99g : 64.58g : 253.35g : 202.83mg : 13.2mg : 370.24mg : 7.35g : 74.03g : 29.33g : 32.32g : 53.2g : 2935.82mg : 4070.86mg : 1306.63mg

<b>pi tek 2026-01-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
chleb zwykły 3kromki 90g , maslo mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml , pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <del>2</del> ), Schab pieczony 45g 3platy 30g ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), Ciasto dro d owe 70g 70g ( <del>1 2 4</del> ),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), marchewoprószana 150g 100g ( <del>2</del> ), ziemniaki z koperkiem 200g 200g , Sos musztardowy 100ml 100g ( <del>1 4</del> ), kisiel - kompot 250 250ml , jajko na twardo 1szt 1 szt ( <del>2</del> ),	Pomidor 100g 100g , salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g ( <del>2 4 5</del> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g , chleb zwykły 2kr 100g , maslo ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml , Salata 18g, kefir 150ml 150ml ( <del>2</del> ),
		<b>Posilek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1 g ,

**Warto ci od ycze** : 2278.82 kcal; 84.17g : 81.76g : 307.29g : 122.76mg : 14.06mg : 487.54mg : 6.39g : 60.51g : 43.51g : 27.33g : 38.55g : 2568.69mg : 3991.53mg : 1426.9mg

<b>pi tek 2026-01-23</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
D em 25g 25g , chleb zwykły 3kromki 90g , Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml , Salata 18g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <del>2</del> ), szynka wile ska 60g /3pl 60g , banan 200g 200g , Ciasto dro d owe 70g 70g ( <del>1 2 4</del> ),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), marchewoprószana 150g 150g ( <del>2</del> ), jajko na twardo 1szt 1 szt ( <del>2</del> ), kisiel - kompot 250 250ml , ziemniaki z koperkiem 200g 200g , Sos musztardowy 100ml 100g ( <del>1 4</del> ),	salatka jarzynowa bez jajka 100g 100g ( <del>2 4 5</del> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g , chleb zwykły 2kr 70g , Salata 18g , Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml ,
		<b>Posilek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1 g ,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości od yczce:** 2087,16 kcal; 79,38 g; 59,7 g; 322,78 g; 116,79 mg; 13,88 mg; 420,98 mg; 7,09 g; 86,05 g; 27,03 g; 29,12 g; 56,52 g; 2844,46 mg; 4072,5 mg; 1296,88 mg

piątek 2026-01-23 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b>		
chleb bezglutenowy 3kr 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (24), szynka wileńska 30g / 2pl 30g, masłomini 10g 10g,	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1456 1250), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), marchew oprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Sos musztardowy 100ml 100g (14), ziemniaki z koperkiem 200g 200g,	sałatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (245), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, masło ro 158% 20g, chleb bezglutenowy 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 2kr 70g, masło mini 10g 10g, szynka wileńska 30g / 2pl 30g,

**Wartości od yczce:** 2056,83 kcal; 66,84 g; 68,52 g; 301,26 g; 101,39 mg; 15,07 mg; 406,33 mg; 5,54 g; 51,08 g; 35,78 g; 33,79 g; 37,97 g; 2231,92 mg; 3445,02 mg; 1083,67 mg

piątek 2026-01-23 <b>Jadłospis dla diety: Wegetariańska VE</b>		
chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Sałatka z papryki i rukoli 150g 150g (24), ser długi 2pl 30g (24), Pasta z twarogu rzodkiewki i szczypiorku 80g 80g (24), Ciasto drożdowe 70g 70g (124),	jajko na twardo 1szt 1 szt (2), zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1456 1250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, Sos musztardowy 100ml 100g (14),	sałatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (245), Ser topiony 33g 33g (24), chleb zwykły 2kr 100g, Salata 18g, masło ro 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,

**Wartości od yczce:** 2369,8 kcal; 77,48 g; 94,52 g; 308,9 g; 182,67 mg; 13,98 mg; 482,74 mg; 7,08 g; 57,84 g; 49,81 g; 29,44 g; 40,64 g; 2845,23 mg; 3588,1 mg; 1524,05 mg

piątek 2026-01-23 <b>Jadłospis dla diety: Dzieci ca</b>		
chleb zwykły 2kr 100g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (24), Schab pieczony 45g 3platy 30g (1456 1250), Ciasto drożdowe 70g 70g (124),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1456 1250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, jajko na twardo 1szt 1 szt (2), marchew oprószana 150g 150g (2), Sos musztardowy 100ml 100g (14), kisiel - kompot 250 250ml,	szynka z indyka 40g/2pl 40g, chleb zwykły 2kr 100g, masło ro 158% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, sałatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (245), Pomidor 100g 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,

**Wartości od yczce:** 2256,75 kcal; 82g; 78,94g; 311,23g; 123,81mg; 14,25mg; 479,3mg; 6,47g; 57,43g; 42,13g; 29,31g; 40,26g; 2596,43mg; 3997,92mg; 1361,17mg

piątek 2026-01-23 <b>Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML</b>		
masło mini 10g 10g, chleb zwykły 3kromki 110g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g (24), Schab pieczony 45g 3platy 30g (1456 1250), Ciasto drożdowe 70g 70g (124),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1456 1250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, marchew oprószana 150g 150g (2), Sos musztardowy 100ml 100g (14), jajko na twardo 1szt 1 szt (2),	sałatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (245), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, masło ro 158% 20g, chleb zwykły 2kr 100g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,

**Wartości od yczce:** 2337,75 kcal; 83,12g; 87,51g; 310,51g; 101,7mg; 15,5mg; 674,73mg; 7,11g; 52,37g; 41,45g; 28,53g; 40,37g; 2848,85mg; 3707,71mg; 1331,99mg

piątek 2026-01-23 <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku trawicznego 4</b>		
chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (24), Schab pieczony 45g 3platy 30g (1456 1250), Ciasto drożdowe 70g 70g (124),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1456 1250), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (2), jajko na twardo 1szt 1 szt (2), kisiel - kompot 250 250ml, Sos musztardowy 100ml 100g (14),	Pomidor 100g 100g, sałatka jarzynowa bez jajka 100g 100g (245), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 100g, masło ro 158% 20g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,

**Wartości od yczce:** 2237,54 kcal; 80,68g; 79,44g; 306,51g; 125,71mg; 14,26mg; 471,3mg; 6,3g; 57,44g; 42,45g; 29,16g; 40,13g; 2527,72mg; 3924,6mg; 1316,83mg

## Jadłospisy dla oddziałów

piątek 2026-01-23		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
Herbata z cytryną 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3platy 30g (1, 4, 5, 6, 12, 50), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), masło mini 10g 10g, chleb zwykły 2kr 70g, Salatkę z papryki i rukoli 150g 150g (2), Ciasto drożdżowe 70g 70g (1, 2, 4),	zupa barszcz czerwony 300ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), marchewkoproszana 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki z koperkiem 200g 200g, Sos musztardowy 100ml 100g (1, 4), jajko na twardo 1szt 1 szt (2),	Pomidor 100g 100g, salatkę jydowska 100g 100g (2, 4), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rolnicze 15% 20g, Herbata z cytryną 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Owsianka z owocami na wodzie 50g 1g,

**Wartości odżywcze:** : 2266,88kcal; : 82,59g; : 89,51g; : 288,51g; : 204,96mg; : 14,68mg; : 570,8mg; : 5,9g; : 59,28g; : 43,89g; : 27,67g; : 39,27g; : 2368,95mg; : 4082,47mg; : 1367,31mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zakażeni		
śniadanie - II śniadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>sobota 2026-01-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), Salata z pomidorami i dżemem 120g 120g (2), szynka konserwowa 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4),	zupa brokułowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Sos neapolitański z pieczarkami i dżemem serem 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), Makaron spaghetti 200g 200g, Kisziel - kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (2,4), szynka wędzona 60g / 3pl 60g, Pomidor 100g 100g, masło rolnicze 55% 20g, Chlebrazowy 1kr 30g (2), chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2226,43kcal; 82,98g; 67,88g; 326,67g; 133,26mg; 11,39mg; 228,92mg; 7,37g; 87,79g; 34,66g; 28g; 51,24g; 2942,03mg; 3362,04mg; 1513,51mg

<b>sobota 2026-01-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, szynka wędzona 30g / 2pl 30g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4),	zupa grycikowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Makaron spaghetti 200g 200g, Sos neapolitański łatwostrawny 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), Kisziel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g,	Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (2,4), kielbasa szynkowa 60g / 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło rolnicze 55% 20g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2105,1 kcal; 72,63g; 58,84g; 324,8g; 82,91mg; 9,78mg; 225,85mg; 6,33g; 78,81g; 31,9g; 23,51g; 46,25g; 2534,04mg; 2883,89mg; 1311,06mg

<b>sobota 2026-01-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy 6</b>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), Salata z pomidorami i dżemem 120g 120g (2), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4),	zupa brokułowa 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), makaron pełnoziarnisty 200g 200g, Sos neapolitański z pieczarkami i dżemem serem 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), Kisziel - kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (2,4), szynka z indyka 40g / 2pl 30g, masło rolnicze 55% 20g, Pomidor 100g 100g, chlebrazowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml,
<b>II śniadanie:</b> Kromka chleba raz. z wędz. i rzodkiewk 40g (2),		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2194,02kcal; 79,57g; 67,71g; 326,2g; 127,08mg; 12,39mg; 232,2mg; 8,35g; 82,28g; 34,23g; 35,88g; 46,07g; 3328,67mg; 3684,83mg; 1648,02mg

<b>sobota 2026-01-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), jajko na twardo 1szt 1szt (2), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (4),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (4,5), Makaron spaghetti 200g 200g, Kisziel - kompot 250 250ml, Sos neapolitański łatwostrawny 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), Deser z kaszy manny z dżemem 250ml (1,4),	Salatka z makaronem ryżowym tuńczykiem ogórkami i koperkiem 80g 100g (2,4), szynka z indyka 40g / 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata lodowa 20g 20ml, Jogurt naturalny 1szt 1szt (4),
		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2339,28kcal; 87,11g; 70,46g; 342,75g; 89,7mg; 10,89mg; 433,03mg; 6,25g; 99,94g; 39,04g; 22,99g; 56,39g; 2501,42mg; 3999,37mg; 1678,2mg

<b>sobota 2026-01-24</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), Ser topiony 33g 33g (4), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, szynka wędzona 60g / 3pl 60g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (4,5), Makaron spaghetti 200g 200g, Sos neapolitański łatwostrawny 120ml 120ml (1,4,5,6,12,SO), Kisziel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g,	Salatka z makaronem ryżowym tuńczykiem ogórkami i koperkiem 80g 100g (2,4), szynka z indyka 60g / 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Biszkoptowy 5szt 15g (1,2), masło rolnicze 55% 20g,
		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml,

**Wartości od poprzedniego dnia:** 2159,54kcal; 81,64g; 54,15g; 340,58g; 72,71mg; 10,18mg; 258,57mg; 7,09g; 93,23g; 29,46g; 24,72g; 60,3g; 2831,45mg; 2950,34mg; 1399,74mg

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL		
kasza kukurydziana na mleku 300ml 300ml (1,4), Ser topiony 33g 33g (1,4), Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb bezglutenowy 2kr 70g, szynka wileńska 30g / 2pl 30g, masło mini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1,5), Sos neapolitański z pieczarkami i dętym serem 120ml 120ml (1,4 5 6 12 50), kisiel - kompot 250 250ml, ryż biały 100g 100g (1), Jabłko 1szt 150g,	salatka z ryżem w dlin, pomidorami i natką 80g 80g (1,2,4), szynka z indyka 40g/2pl 30g, chleb bezglutenowy 3kr 100g, masło 155% 20g, Salata lodowa 20g 20ml, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		<b>Posiłki nocne:</b> mus owocowy 100g 100ml,			

**Wartości od wczoraj:** 2075,68 kcal; 58,41 g; 61,82 g; 328,26 g; 108,78 mg; 1075 mg; 199,6 mg; 5,59 g; 88,91 g; 34,34 g; 30,21 g; 52,67 g; 2244,19 mg; 2948,54 mg; 1240,15 mg

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Wegetariańska WE		
Salata z pomidorami i dederzyc 120g 120g (1,2), płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), D em 25g 25g, Ser topiony 33g 33g (1,4), chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1,5), Sos neapolitański z pieczarkami i dętym serem 120ml 120ml (1,4 5 6 12 50), Makaron spaghetti 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (2,4), ser długi 2pl 30g (1,4), masło 155% 20g, Salata lodowa 20g 20ml, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 3 kromki 90g,			
		<b>Posiłki nocne:</b> mus owocowy 100g 100ml,			

**Wartości od wczoraj:** 2295,85 kcal; 71,79 g; 71,76 g; 347,13 g; 126,18 mg; 10,84 mg; 198,17 mg; 6,48 g; 100,12 g; 38,47 g; 28,92 g; 55,76 g; 2587,37 mg; 3212,44 mg; 1507,33 mg

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Dzieci 6+		
Płatki owsiane na mleku 250ml 250ml (1,4), chleb zwykły 2kr 70g, szynka wileńska 30g / 2pl 30g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 2kr 70g, D em 25g 25g, masło mini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1,5), Makaron spaghetti 200g 200g, Sos neapolitański łagodny 120ml 120ml (1,4 5 6 12 50), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (2,4), szynka z indyka 40g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 155% 20g, Salata lodowa 20g 20ml, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Biszkopty 5 szt 15g (1,2),			
	<b>Podwieczerek:</b> kisiel z jabłkiem 250ml,	<b>Posiłki nocne:</b> mus owocowy 100g 100ml,			

**Wartości od wczoraj:** 2262,71 kcal; 63,83 g; 50,87 g; 393,24 g; 102,91 mg; 10,27 mg; 206,55 mg; 5,42 g; 124,81 g; 28,27 g; 27,91 g; 82,69 g; 2174,97 mg; 3037,45 mg; 1072,35 mg

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML		
D em 25g 25g, szynka wileńska 60g / 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1,5), Makaron spaghetti 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Sos neapolitański łagodny 120ml 120ml (1,4 5 6 12 50), Jabłko 1szt 150g,	pasztecik drobiowy 50g 50g, szynka z indyka 40g/2pl 30g, masło 155% 20g, chleb zwykły 3 kromki 110g, Salata lodowa 20g 20ml, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (2,4),			
		<b>Posiłki nocne:</b> mus owocowy 100g 100ml,			

**Wartości od wczoraj:** 1927,27 kcal; 57,29 g; 54,22 g; 305,74 g; 75,65 mg; 8,55 mg; 198,13 mg; 6,32 g; 80,3 g; 27,47 g; 23,07 g; 54,03 g; 2529,76 mg; 2359,83 mg; 753,59 mg

sobota 2026-01-24			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku trawiennego 4		
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (1,4), szynka wileńska 30g / 2pl 30g, D em 25g 25g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Ser topiony 33g 33g (1,4),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (1,5), Makaron spaghetti 200g 200g, Sos neapolitański łagodny 120ml 120ml (1,4 5 6 12 50), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 150g,	Salatka z makaronem ryżowym w dlin, ogórkiem i zieleniną 80g 80g (2,4 6 50 2 50), szynka z indyka 40g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata lodowa 20g 20ml, masło 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		<b>Posiłki nocne:</b> mus owocowy 100g 100ml,			

**Wartości od wczoraj:** 1999,27 kcal; 63,6 g; 59,18 g; 306,72 g; 82,65 mg; 8,95 mg; 205,81 mg; 5,99 g; 95,24 g; 33,94 g; 23,96 g; 54,54 g; 2397,33 mg; 2760,88 mg; 1236,56 mg

## Jadłospisy dla oddziałów

sobota 2026-01-24		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
płatki owsiane na mleku 300ml 300ml (14), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, D em 25g 25g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (2), twaróg 30g / pudelko 60g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 350ml 350ml (45), Sos neapolitański łagodny 120ml 120ml (14561250), Makaron spaghetti 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	Salatka z makaronem ryżowym, ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24), szynka z indyka 40g/2pl 30g, Pomidor 100g 100g, masło rolnicze 20g, Chleb razowy 1kr 30g (2), chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Biskopki 5szt 15g (12),
		<b>Posiłki nozne:</b> mus owocowy 100g 100ml,

Wartości odnośne: 2160,19kcal; 64,8g; 52,57g; 363,72g; 97,61mg; 10,72mg; 212,03mg; 5,49g; 106,29g; 29,15g; 29,79g; 64,44g; 2200,9mg; 3116,43mg; 1188,42mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zakażeni		
nielśniaranie - II nielśniaranie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
<b>nieelśniaranie 2026-01-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kakao 250ml 250ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, Chleb razowy 1kr 30g (2), Pomidor 100g 100g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Kotlet De Volaille ze szpinak 130g 130g (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), Salata dipem jogi ogórkiem 150g 150g (2)	salatka z buraczka, jablka i kopru 120g 120g (4), chleb zwykły 3 kromki 90g, masło rolnicze 58% 20g, Salata 18g, szynka wleśka 30g/2pl 30g, Herbatka z cytryny 250ml 250ml, Serek topiony trójkr 1 szt,
		<b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości odżywcze:** 2297,4 kcal; 107,83g; 85,1g; 278,43g; 114,34mg; 1314mg; 507,54mg; 7,72g; 79,37g; 34,55g; 23,06g; 56,3g; 3080,28mg; 3903,48mg; 1605,26mg

<b>nieelśniaranie 2026-01-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
Kakao 250ml 250ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), kotlet De volaille ze szpinakiem duszony 130g 130g (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), kisiel - kompot 250 250ml, marchew oprószana 150g 150g (2)	salatka z buraczka, jablka i kopru 120g 120g (4), szynka wleśka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rolnicze 58% 20g, Herbatka z cytryny 250ml 250ml,
		<b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości odżywcze:** 2204,58 kcal; 108,81g; 78,23g; 270,38g; 99,39mg; 12,41mg; 512,89mg; 7,63g; 83,99g; 33,23g; 24,39g; 59,77g; 3044,61mg; 3997,51mg; 1494mg

<b>nieelśniaranie 2026-01-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glukozy 6</b>		
Kakao 250ml 250ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Salata 18g, Pomidor 100g 100g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), kotlet De volaille ze szpinakiem duszony 130g 130g (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, Salata dipem jogi ogórkiem 150g 150g (2), sos koperkowy 100ml 100ml (2)	Salatka z papryki i rukoli 150g 100g (2), szynka wleśka 30g / 2pl 30g, masło rolnicze 58% 20g, Salata 18g, Herbatka białka 250ml 250ml, chleb razowy 60g 2kr 60g (2)
<b>II nielśniaranie</b> Salatka z rzodkiewki i natki pietruszki 80 70g, kefir 150ml 200ml (2)		<b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml, wafle ryżowe z ryżu brzoźnego 2szt 20g,

**Wartości odżywcze:** 2142,41 kcal; 110,36g; 76,98g; 258,1g; 167,93mg; 13,62mg; 519,32mg; 7,21g; 76,52g; 34,36g; 28,09g; 45,27g; 2878,01mg; 4279,61mg; 1781,92mg

<b>nieelśniaranie 2026-01-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
Kakao 250ml 250ml (2), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80g (2), szynka z indyka 40g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350ml (1,2,5), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, salata z dipem jogurtowym 150g 150g (2), sos koperkowy 100ml 100ml (2), Jogurt naturalny 1szt 1 szt (2), kotlet De volaille ze szpinakiem duszony 130g 130g (1,2,4,5,6,12,SO1,SO2)	salatka z buraczka, jablka i kopru 120g 120g (4), szynka wleśka 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło rolnicze 58% 20g, Herbatka z cytryny 250ml 250ml,
		<b>Posilek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości odżywcze:** 2238,57 kcal; 113,56g; 81,01g; 266,06g; 110,31mg; 12,45mg; 529,47mg; 7,55g; 83,37g; 34,88g; 20,8g; 57,48g; 3011,49mg; 4094,33mg; 1660,73mg

<b>nieelśniaranie 2026-01-25</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
--	--	--

## Jadłospisy dla oddziałów

Kakao 250ml 250 ml (4), twaróg 30g /pudełko 60g, szynka konserwowa 30g /2pl 30g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350 ml (125), Kotlet De volaille duszony 130g 110g (124), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel -kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g, sos koperkowy 100ml 100ml (1), marchew oprószana 150g 150g (1),	szynka wileńska 30g /2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, masło rolnicze 20g, Herbata z cytryn 250ml 250ml, Budy 250g 250 ml (4), D em 25g 25g,
		<b>Posilek nočný:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości od wczoraj:** 2195,46 kcal; 87,51 g; 61,01 g; 328,85 g; 95,74 mg; 10,34 mg; 302,12 mg; 5,78 g; 123,1 g; 35,2 g; 25,37 g; 78,95 g; 2311,39 mg; 3787,38 mg; 1334,61 mg

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL		
Kakao 250ml 250 ml (4), pasta z jajka, w dliiny i natki 80g 80g (24), szynka konserwowa 30g /2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, Salata 18g,	rosół z ryżem 350ml 350 ml (125), Kotlet De volaille duszony 130g 110g (124), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel -kompot 250 250 ml, salata z dipem jogurtowym 150g 150g (4), sos koperkowy 100ml 100ml (1),	salatka z buraczką, jabłkami i kopru 120g 120g (4), szynka wileńska 30g /2pl 30g, Salata 18g, masło rolnicze 20g, Herbata z cytryn 250ml 250 ml, chleb bezglutenowy 2kr 70g,
		<b>Posilek nočný:</b> waffle ryżowe z ryżem 2szt 20g,

**Wartości od wczoraj:** 2246,07 kcal; 89,17 g; 89,21 g; 277,78 g; 119,71 mg; 14,74 mg; 469,94 mg; 6,12 g; 52,66 g; 41,7 g; 28,98 g; 30,41 g; 2451,37 mg; 3737,94 mg; 1434,26 mg

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Wegetariańska VE		
Kakao 250ml 250 ml (4), Pasta z twarogu i jajka 80g 80g (24), Ser topiony 33g 33g (4), masło 83% 15g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350 ml (125), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, gulasz warzywny 250g 300g (1), kisiel -kompot 250 250 ml, salata z dipem jogurtowym 150g 150g (4),	salatka z buraczką, jabłkami i kopru 120g 120g (4), ser długi 2pl 40g (4), Salata 18g, masło rolnicze 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posilek nočný:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości od wczoraj:** 2196,46 kcal; 91,19 g; 86,88 g; 266,78 g; 148,02 mg; 11,98 mg; 368,89 mg; 6,94 g; 90,98 g; 45,25 g; 24,77 g; 60,75 g; 2779,39 mg; 3853,1 mg; 1624,84 mg

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Dzieci ca		
Kakao 250ml 250 ml (4), pasta z jajka, w dliiny i natki 80g 80g (24), szynka konserwowa 30g /2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350 ml (125), Kotlet De volaille duszony 130g 110g (124), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, salata z dipem jogurtowym 150g 150g (4), kisiel -kompot 250 250 ml, sos koperkowy 100ml 100ml (1),	szynka wileńska 30g /2pl 30g, Salata 18g, masło rolnicze 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,
	<b>Podwieczerek:</b> kisiel z jabłkiem 250ml,	<b>Posilek nočný:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości od wczoraj:** 2142,2 kcal; 93,22 g; 80,48 g; 262,85 g; 105,24 mg; 11,11 mg; 511,46 mg; 6,22 g; 92,89 g; 41,41 g; 19,17 g; 69,99 g; 2486,17 mg; 3472,79 mg; 1341,3 mg

niedziela 2026-01-25 Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML		
pasta z jajka, w dliiny i natki 80g 80g (24), szynka konserwowa 30g /2pl 30g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z cytryn 250ml 250 ml, Salata 18g, masło mini 10g 10g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350 ml (125), Kotlet De volaille duszony 130g 110g (124), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (1), kisiel -kompot 250 250 ml,	szynka wileńska 30g /2pl 30g, salatka z buraczką, jabłkami i kopru 120g 120g (4), Salata 18g, masło rolnicze 20g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posilek nočný:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,

**Wartości od wczoraj:** 2140,3 kcal; 91,4 g; 83,59 g; 259,34 g; 98,52 mg; 11,31 mg; 488,25 mg; 6,61 g; 73,18 g; 37,86 g; 23,61 g; 58,9 g; 2637,73 mg; 3382,83 mg; 1178,5 mg

## Jadłospisy dla oddziałów

niedziela 2026-01-25			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4		
Kakao 250ml 250 ml (1), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80 g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350 ml (1,2,5), Kotelet De volaille duszony 130g 110g (1,2,4), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (1), marchewoprószana 150g 150g (2),	szynka wileńska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, twaróg 30g/pudełko 30g,			
		<b>Posiłek nocny:</b> mus owocowy 100g 100ml, HERBATNIKI BE BE 14G 14g,			

**Wartości od ywczę:** 21431 kcal : 94.54g : 79.41g : 266.32g : 91.53mg : 11.43mg : 505.64mg : 6.73g : 76.53g : 40.75g : 23.34g : 55.06g : 2688.68mg : 3626.28mg : 1346.63mg

niedziela 2026-01-25			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
Kakao 250ml 250 ml (1), pasta z jajka, w dliny i natki 80g 80 g (2), szynka konserwowa 30g/2pl 30g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, masło mini 10g 10g,	rosół z makaronem nitki 350ml 350 ml (1,2,5), Kotelet De volaille duszony 130g 110g (1,2,4), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, sos koperkowy 100ml 100ml (2), kisiel - kompot 250 250ml, salata z dipem jogurtowym 150g 150g (1),	salatka z buraczką, jabłkami i kopru 120g 120g (1,2), szynka wileńska 30g/2pl 30g, chleb zwykły 2 kromki 70g, Salata 18g, masło rolnicze 55% 20g, Herbata z cytryną 250ml 250ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> HERBATNIKI BE BE 14G 14g, mus owocowy 100g 100ml,			

**Wartości od ywczę:** 2245.94 kcal : 100.47g : 92.05g : 256.4g : 111.72mg : 12.5mg : 515.71mg : 7.01g : 79.06g : 42.84g : 20.99g : 56.47g : 2798.63mg : 3740.59mg : 1427.54mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zaka ryaga		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
<b>poniedziałek 2026-01-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
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 (14561250), Papryka wie a 60g 60g,	Zupa z soczewic i ziemniakami. 350ml (14561250), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), surówka z kapusty peki skiej, fasolki ziel i jabłka 150g 150g (24), ry biały 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250 ml, Brokuł na parze 150g 150g (2),	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 15% 20g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posilek nocny:</b> Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

**Warto ci od wycze** : 2202.64 kcal : 91.24g : 82.4g : 281.2g : 251 mg : 12 mg : 257.67mg : 7.12g : 54.9g : 29.13g : 3054g : 23.93g : 2845.77mg : 3762.11mg : 1415.49mg

<b>poniedziałek 2026-01-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4), pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa pomidorowa z zacier 350ml 350ml (14561250), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 150g (2), bukiet królewski 150g 150g (2), ry biały 200g 200g (2), kisiel - kompot 250 250 ml,	kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro 15% 20g, Salata 18g,
		<b>Posilek nocny:</b> Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

**Warto ci od wycze** : 2162.14 kcal : 94.51g : 74.62g : 286.08g : 189.96mg : 12.83mg : 304.37mg : 7.67g : 52.47g : 31.71g : 32.12g : 20.5g : 3065.33mg : 3803.4mg : 1435.63mg

<b>poniedziałek 2026-01-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glowodanów 6</b>		
pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4), chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Herbata b/c 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Schab pieczony 45g 3platy 30g (14561250), Papryka wie a 60g 60g,	zupa pomidorowa z zacier 350ml 350ml (14561250), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), ry br zowy 200g 200g, surówka z kapusty peki skiej, fasolki ziel i jabłka 150g 150g (24), kisiel - kompot 250 250 ml, Brokuł na parze 150g 150g (2),	kielbasa szynkowa wp. 2pl 30g, masło ro 15% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (2), Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g, jajko na twardo 1szt 1szt (2),
<b>II niadanie:</b> kromka chleba razowego z w dlin 60g i ogórkiem kiszonym 25g 60g (2),		<b>Posilek nocny:</b> Grahanka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

**Warto ci od wycze** : 2399.78 kcal : 104.56g : 82.97g : 322.67g : 246.33mg : 16.8mg : 471.63mg : 8.55g : 54.6g : 31.95g : 46.44g : 19.8g : 3413.03mg : 4359.86mg : 1931.46mg

<b>poniedziałek 2026-01-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
płatki j czmienne na mleku 300ml 300ml (4), Schab pieczony 45g 3platy 30g (14561250), pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), chleb zwykły 2kr 70g, masło 83% 15g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,	zupa pomidorowa z zacier 350ml 350ml (14561250), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), ry biały 200g 200g (2), bukiet królewski 150g 150g (2), kisiel - kompot 250 250 ml, Brokuł na parze 150g 150g (2),	kielbasa szynkowa wp. 3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło ro 15% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, Jogurt naturalny 1szt 1 szt (4), wafle ry owe z ry u br zowego 2szt 20g,
		<b>Posilek nocny:</b> Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

**Warto ci od wycze** : 2430.17 kcal : 106.97g : 82.94g : 322.84g : 195.96mg : 13.63mg : 322.55mg : 7.6g : 60.24g : 36.21g : 33.5g : 24.76g : 3036.32mg : 4156.51mg : 1642.21mg

<b>poniedziałek 2026-01-26</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 300ml 300ml (14), pasta z warzyw fileta drob. 80g 80g (245), szynka z indyka 40g/2pl 40g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Pomidor 100g 100g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g, Salata 18g,	zupa pomidorowa z zacier 350ml 350ml (14561250), potrawka z kurczaka z marchewk i koperkiem 150ml 150ml (14), Brokuł na parze 150g 150g (2), ry biały 200g 200g (2), 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 15% 20g,
		<b>Posilek nocny:</b> Bułka z past z jajka i tu czyka 85g (24),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości od wczoraj:** 2123,6 kcal; 95,5 g; 55,02 g; 317,12 g; 155,31 mg; 11,71 mg; 268,45 mg; 7,55 g; 61,55 g; 22,82 g; 27,01 g; 26,2 g; 3013,43 mg; 3557,25 mg; 1394,68 mg

poniedziałek 2026-01-26 <b>Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL</b>		
pasta z warzywami fileta drobiowego 80g 80g ( <del>245</del> ), Herbata z cytryną 250ml 250ml, Schab pieczony 45g 3 platy 30g ( <del>145 612500</del> ), chleb bezglutenowy 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Kasza jaglana na mleku 300ml 300ml ( <del>4</del> ),	zupa pomidorowa z ryżem 350ml 350ml ( <del>145 5612500</del> ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml ( <del>14</del> ), ryż biały 200g 200g ( <del>1</del> ), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g ( <del>1</del> ),	kielbasa szynkowa wędzona 3pl 60g, masło 155% 20g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, Salata 18g,
		<b>Posiłek nocny:</b> chleb bezglutenowy 2kr 70g, Pasta z tuńczyka i jajka 80g 80g ( <del>24</del> ),

**Wartości od wczoraj:** 2416,2 kcal; 99,28 g; 78,54 g; 335,8 g; 116,03 mg; 16,59 mg; 477,75 mg; 5,99 g; 47,59 g; 31,17 g; 32,56 g; 23,96 g; 2398,32 mg; 3206,12 mg; 1548,33 mg

poniedziałek 2026-01-26 <b>Jadłospis dla diety: Wegetariańska VE</b>		
chleb zwykły 3kromki 90g, Papryka wieprzowa 60g 60g, ser 40g 40g, Dym 25g 25g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, jajko na twardo 1szt 1 szt ( <del>2</del> ),	zupa pomidorowa z zacierem 350ml 350ml ( <del>14 5612500</del> ), gulasz warzywny 250g 300g ( <del>1</del> ), ryż biały 200g 200g ( <del>1</del> ), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 100g ( <del>1</del> ), surówka z kapusty pekińskiej, fasolki zielone i jabłka 150g 100g ( <del>24</del> ),	Ser topiony 33g 33g ( <del>4</del> ), chleb zwykły 3kromki 90g, masło 155% 20g, Salata 18g, Ogórek kiszony 50g 50g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g ( <del>24</del> ),

**Wartości od wczoraj:** 1980,01 kcal; 70,36 g; 68,11 g; 276,86 g; 247,81 mg; 11,78 mg; 376,65 mg; 7,79 g; 53,99 g; 32,66 g; 27,8 g; 25,06 g; 3117,07 mg; 3051,36 mg; 1275,72 mg

poniedziałek 2026-01-26 <b>Jadłospis dla diety: Dzieci ca</b>		
kasza manna na mleku 300ml 300ml ( <del>14</del> ), chleb zwykły 2kr 70g, pasta z warzywami fileta drobiowego 80g 80g ( <del>245</del> ), masło mini 10g 10g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, kielbasa szynkowa drobiowa 2pl 30g, Pomidor 100g 100g,	zupa pomidorowa z zacierem 350ml 350ml ( <del>14 5612500</del> ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml ( <del>14</del> ), kisiel - kompot 250 250ml, ryż biały 200g 200g ( <del>1</del> ), surówka z kapusty pekińskiej, fasolki zielone i jabłka 150g 100g ( <del>24</del> ),	kielbasa szynkowa wędzona 2pl 30g, masło 155% 20g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, herbata owocowa z cytryną 250ml 250ml,
	<b>Podwieczorek:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g 150g ( <del>4</del> ),	<b>Posiłek nocny:</b> Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g ( <del>24</del> ),

**Wartości od wczoraj:** 2208,53 kcal; 106,84 g; 67,12 g; 298,03 g; 95,56 mg; 10,32 mg; 289,14 mg; 6,93 g; 73,03 g; 30,28 g; 23,38 g; 39,46 g; 2773,54 mg; 3166,88 mg; 1511,78 mg

poniedziałek 2026-01-26 <b>Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML</b>		
pasta z warzywami fileta drobiowego 80g 80g ( <del>245</del> ), kielbasa szynkowa drobiowa 2pl 60g, masło mini 10g 10g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g,	zupa pomidorowa z zacierem 350ml 350ml ( <del>14 5612500</del> ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml ( <del>14</del> ), ryż biały 200g 200g ( <del>1</del> ), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g ( <del>1</del> ),	kielbasa szynkowa wędzona 3pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, Dym 25g 25g, masło 155% 20g, Salata 18g, Herbata z cytryną 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g ( <del>24</del> ),

**Wartości od wczoraj:** 1929,07 kcal; 84,38 g; 59,2 g; 268,81 g; 130,39 mg; 10,83 mg; 287,97 mg; 7,66 g; 45,12 g; 25,35 g; 24,86 g; 25,46 g; 3058,38 mg; 2871,11 mg; 1127,61 mg

poniedziałek 2026-01-26 <b>Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku trawicznego 4</b>		
płatki o smaku czekoladowym na mleku 300ml 300ml ( <del>4</del> ), pasta z warzywami fileta drobiowego 80g 80g ( <del>245</del> ), kielbasa szynkowa drobiowa 2pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło 83% 15g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, Salata 18g,	zupa pomidorowa z zacierem 350ml 350ml ( <del>14 5612500</del> ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml ( <del>14</del> ), ryż biały 200g 200g ( <del>1</del> ), kisiel - kompot 250 250ml, Brokuł na parze 150g 150g ( <del>1</del> ),	kielbasa szynkowa wędzona 3pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło 155% 20g, Salata 18g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka z pastą z jajka i tuńczyka 85g ( <del>24</del> ),

**Wartości od wczoraj:** 2147,55 kcal; 96,23 g; 69,82 g; 289,03 g; 125,34 mg; 11,88 mg; 322,77 mg; 8,39 g; 46,57 g; 31,62 g; 26,86 g; 19,75 g; 3346,74 mg; 3335,77 mg; 1446,8 mg

## Jadłospisy dla oddziałów

poniedziałek 2026-01-26		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
plaki z ciemnego miodu 300ml 300ml ( <del>14</del> ), pasta z warzywami fileta drobi 80g 80g ( <del>245</del> ), Papryka wieprzowa 60g 60g, Schab pieczony 45g 3platy 45g ( <del>145612500</del> ), chleb zwykły 3 kromki 90g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, masło mini 10g 10g,	zupa pomidorowa z zacierem 350ml 350ml ( <del>14</del> <del>5612500</del> ), potrawka z kurczaka z marchewką i koperkiem 150ml 150ml ( <del>14</del> ), surówka z kapusty pekińskiej, fasolki zielonej i jabłka 150g 150g ( <del>24</del> ), Brokuł na parze 150g 120g ( <del>1</del> ), ryż biały 200g 200g ( <del>1</del> ), kisiel - kompot 250 250ml,	kielbasa szynkowa drobiowa 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło 50% 20g, Sałata 18g, Pomidor 100g 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka z masłem z jajkami i twarogiem 85g ( <del>24</del> ),

**Wartości odżywcze:** 2273,51 kcal; 101,95g; 76,92g; 300,96g; 234,33mg; 13,16mg; 300,05mg; 7,98g; 55,27g; 30,06g; 31,1g; 208g; 3182,3mg;  
3918,54mg; 1514,1mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zaka ryaga		
niadanie-II niadanie	Obiad - Podwieczerek	Kolacja - Posilek nocny
<b>wtorek 2026-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Salatka z kapusty pekińskiej 150g 150g ( <u>2</u> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g ( <u>2</u> ), Chleb zwykły 1 kromka 35g 35g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Zupa -kapu niak ze słod.kapusty 350ml 350ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), kisiel -kompot 250 250ml, banan 200g 200g,	szynka wile ska 30g /2pl 30g, Salatka z selerem i szynk 120g 100g ( <u>2 4</u> ), masło ro l 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, ogórek konserwowy 50g 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml ( <u>1 4</u> ),

**Warto ci od wycze** : 1993,82kcal; : 80,02g; : 64,41g; : 249,29g; : 110,58mg; : 9,42mg; : 272,25mg; : 7,03g; : 74,62g; : 37,75g; : 22,92g; : 40,81g; : 2824,48mg; : 3111,92mg; : 1170,8mg

<b>wtorek 2026-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
kasza manna na mleku 300ml 300ml ( <u>1 4</u> ), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <u>4</u> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,	zupa jarzynowa z ry em 350ml 350ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), kisiel -kompot 250 250ml, makaron widerki 200g 200g, banan 200g 200g,	szynka wile ska 30g /2pl 30g, Salatka z selerem i szynk 120g 100g ( <u>2 4</u> ), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml ( <u>1 4</u> ),

**Warto ci od wycze** : 2330,33kcal; : 107,62g; : 65,19g; : 301,6g; : 95,2mg; : 9,01mg; : 336,45mg; : 6,79g; : 89,35g; : 43,18g; : 16,96g; : 39,68g; : 2723,99mg; : 3220,72mg; : 1480,79mg

<b>wtorek 2026-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glównadów 6</b>		
Pasta z twarogu, rzodkiewiki i szczypiorku 90g 80g ( <u>4</u> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Salatka z kapusty pekińskiej 150g 150g ( <u>2</u> ), chleb razowy 60g 2kr 60g ( <u>2</u> ), masło mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	Zupa -kapu niak ze słod.kapusty 350ml 350ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Makaron pełnoziarnisty 120g 120g, Jablko 1szt 150g, kisiel -kompot 250 250ml,	Salatka z selerem i szynk 120g 100g ( <u>2 4</u> ), szynka wile ska 30g /2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g ( <u>2</u> ), masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
<b>II niadanie</b> kromka chleba razowego z szynk, ogórkiem wie ym 65g 65g ( <u>2</u> ),		<b>Posilek nocny:</b> bułka grahamka z szynk, ogórkiem kisz. 80g,

**Warto ci od wycze** : 2118,52kcal; : 92,97g; : 67,37g; : 264,82g; : 129,25mg; : 11,41mg; : 285,46mg; : 9,29g; : 46,47g; : 38,4g; : 31,56g; : 20,95g; : 3721,52mg; : 3259,04mg; : 1299,25mg

<b>wtorek 2026-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <u>4</u> ), chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa jarzynowa z ry em 350ml 350ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Jablko pieczone 150g 120g, kisiel -kompot 250 250ml, makaron widerki 200g 200g,	Salatka z selerem i szynk 120g 100g ( <u>2 4</u> ), szynka wile ska 30g /2pl 30g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło ro l 55% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Jogurt naturalny 1szt 1 szt ( <u>4</u> ),
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml ( <u>1 4</u> ),

**Warto ci od wycze** : 2109,68kcal; : 102,84g; : 62,54g; : 256,03g; : 69,08mg; : 8,23mg; : 340,45mg; : 7,29g; : 65,65g; : 41,2g; : 15,53g; : 29,91g; : 2920,3mg; : 2494,22mg; : 1359,08mg

<b>wtorek 2026-01-27</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
kasza manna na mleku 300ml 300ml ( <u>1 4</u> ), Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <u>4</u> ), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 3 kromki 90g, masło mini 10g 10g,	zupa jarzynowa z ry em 350ml 350ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml ( <u>1 4 5 6 12 50</u> ), kisiel -kompot 250 250ml, Jablko pieczone 150g 120g, makaron widerki 200g 200g,	szynka wile ska 60g /3pl 60g, chleb zwykły 3 kromki 90g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, masło ro l 55% 20g,
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml ( <u>1 4</u> ),

**Warto ci od wycze** : 2242,4kcal; : 105,3g; : 68,9g; : 300,73g; : 65,94mg; : 8,63mg; : 320,42mg; : 6,81g; : 71,96g; : 39,87g; : 16,81g; : 28,95g; : 2726,18mg; : 2623,72mg; : 1432,08mg

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-27			Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL		
kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, Salatką z kapusty pekińskiej 150g 150g (2), masło mini 10g 10g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (4),	zupa kapuśniak 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Zapiekanka wielowarzywna z mięsem 400g 400g (1,2,4,5,6,12,SO), Jabłko pieczone 150g 120g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wędzona 30g / 2pl 30g, chleb bezglutenowy 2kr 70g, Salatką z selerem i szynką 120g 100g (2,4), Salata 18g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
			Posiłek nocny: Kasza jaglana z musem z jabłek 250ml 250g,		

Wartość od poprzedniego dnia: 2314,72kcal; 97,53g; 81,48g; 276,55g; 152,29mg; 15,07mg; 471,15mg; 5,8g; 55,16g; 42,21g; 30,32g; 27,5g; 2341,45mg; 3740,78mg; 1413,32mg

wtorek 2026-01-27			Jadłospis dla diety: Wegetariańska WE		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (4), Salatką z kapusty pekińskiej 150g 150g (2), chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, ser 2pl 30g (4), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa jarzynowa z ryżem 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Placki ziemniaczane 450g 450g (1,2,4),	Salatką z selerem kons. i ananase 100g 100g (2,4), Ser topiony 33g 33g (4), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
			Posiłek nocny: Deser z kaszy mąki z drożdżami 250ml (1,4),		

Wartość od poprzedniego dnia: 2390,78kcal; 72,94g; 112,88g; 272,44g; 134,74mg; 8,29mg; 325,76mg; 6,37g; 56,9g; 52,15g; 19,82g; 30,46g; 2551,38mg; 3137,82mg; 1405,5mg

wtorek 2026-01-27			Jadłospis dla diety: Dzieci 6+		
kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 2kr 70g,	zupa jarzynowa z ryżem 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Zapiekanka wielowarzywna z mięsem 400g 400g (1,2,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml,	Salatką z selerem i szynką 120g 100g (2,4), szynka wędzona 30g / 2pl 30g, Salata 18g, masło 158% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
			Podwieczorek: mus owocowy 100g 100ml,		
			Posiłek nocny: Deser z kaszy mąki z drożdżami 250ml (1,4),		

Wartość od poprzedniego dnia: 1993,26kcal; 93,44g; 63,38g; 234,46g; 105,77mg; 8,65mg; 441,57mg; 5,8g; 79,46g; 42,02g; 16,05g; 52,48g; 2333,34mg; 2941,51mg; 1348,36mg

wtorek 2026-01-27			Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML		
masło mini 10g 10g, kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, Drożdże 25g 25g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 3kromki 90g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Sos bolognese z mięsem z łopatką 150g 150ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g, makaron waderki 200g 200g,	szynka wędzona 30g / 2pl 30g, Salatką z selerem i szynką 120g 100g (2,4), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
			Posiłek nocny: Kasza jaglana z musem z jabłek 250ml 250g,		

Wartość od poprzedniego dnia: 1968,43kcal; 82,8g; 55,77g; 257,91g; 102,68mg; 10,32mg; 307,93mg; 6,36g; 58,37g; 36,93g; 19,93g; 27,83g; 2550,76mg; 2536,56mg; 1019,9mg

wtorek 2026-01-27			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4		
kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4),	zupa jarzynowa z ryżem 350ml 350ml (1,4,5,6,12,SO), Sos bolognese z mięsem z łopatką 150g 150ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 150g, makaron waderki 200g 200g,	szynka wędzona 60g / 3pl 60g, Salata 18g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, twaróg 30g / pudełko 30g,			
			Posiłek nocny: Deser z kaszy mąki z drożdżami 250ml (1,4),		

Wartość od poprzedniego dnia: 1927,4kcal; 96,49g; 56,06g; 259,15g; 63,75mg; 8,18mg; 291,96mg; 6,98g; 60,65g; 31,41g; 16,16g; 28,97g; 2792,59mg; 2277,74mg; 1203,53mg

## Jadłospisy dla oddziałów

wtorek 2026-01-27			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7		
kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Salatką z papryki i rukoli 150g 150g ( <del>2</del> ), chleb razowy 60g 2kr 60g ( <del>2</del> ), Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <del>2</del> ), masłomini 10g 10g,	zupa jarzynowa z ryżem 350ml. 350ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), Zapiekanka wielowarzynowa z mięsem 400g 400g ( <del>1 2 4 5 6 12 50</del> ), kisiel -kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	szynka wiejska 30g / 2pl 30g, Salatką z selerem i szynką 120g 100g ( <del>2 4</del> ), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masłoro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,			
		<b>Posiłek nocny:</b> Deser z kaszymanny z dżemem 250ml ( <del>1 4</del> ),			

**Wartości odnośne:** 201097 kcal : 92.98g : 69.72g : 228.66g : 198.44mg : 10.39mg : 441.57mg : 6.02g : 69.37g : 42.49g : 23.36g : 31.62g : 2421.81mg : 3321.32mg : 1471.35mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zakażeni		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posilek nocny
<b>rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Salatka z kapusty pekińskiej 150g 150g (1), Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (1), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chlebarazowy 60g 2kr 60g (1), Chleb zwykły 1 kromka 35g 35g, masło mini 10g 10g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,	zupa kapuśniak 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,20), Zapiekanka wielowarzywna z mi sem 400g 400g (1,2,4,5,6,12,20), kisiel - kompot 250 250ml, banan 200g 200g,	szynka wleśka 30g / 2pl 30g, Salatka z selerem i szynk 120g 100g (2,4), masło ro 1 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Salata 18g, ogórek konserwowy 50g 50g,
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml (1,4),

**Wartości od yczce:** 2338,57 kcal; 104,57g; 89,82g; 283,05g; 149,41mg; 11,94mg; 454,45mg; 85g; 77,31g; 42,1g; 27,13g; 41,96g; 3413,93mg; 4214,71mg; 1591,57mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2		
kasza manna na mleku 300ml 300ml (1,4), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (1), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, masło mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,	zupa jarzynowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,20), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml (1,4,5,6,12,20), kisiel - kompot 250 250ml, makaron wderki 200g 200g, banan 200g 200g,	szynka wleśka 30g / 2pl 30g, Salatka z selerem i szynk 120g 100g (2,4), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masłoro 1 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml (1,4),

**Wartości od yczce:** 2330,33kcal; 107,62g; 77,39g; 301,6g; 95,2mg; 9,01mg; 336,45mg; 6,79g; 89,35g; 43,18g; 16,96g; 39,68g; 2723,99mg; 3220,72mg; 1480,79mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w gładców 6		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (1), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Salatka z kapusty pekińskiej 150g 150g (1), chlebarazowy 60g 2kr 60g (1), masło mini 10g 10g, Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,	zupa kapuśniak 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,20), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml (1,4,5,6,12,20), Makaron pełnoziarnisty 120g 120g, Jabłko 1szt 150g, kisiel - kompot 250 250ml,	Salatka z selerem i szynk 120g 100g (2,4), szynka wleśka 30g / 2pl 30g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), masło ro 1 55% 20g, Herbata b c 250ml. 250ml, Pomidor 100g 100g,
<b>II niadanie</b> kromka chlebarazowego z szynk, ogórkiem wie ym 65g 65g (1),		<b>Posilek nocny:</b> bułka grahamka z szynk, ogórkiem kisz. 80g,

**Wartości od yczce:** 2158,05kcal; 99,73g; 82,05g; 262,13g; 119,75mg; 11,66mg; 298,44mg; 10,48g; 43,67g; 37,44g; 31,26g; 20,36g; 4194,54mg; 3328,01mg; 1311,32mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9		
kielbasa szynkowa dr 2pl 60g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (1), chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml,	zupa jarzynowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,20), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml (1,4,5,6,12,20), Jabłko pieczone 150g 120g, kisiel - kompot 250 250ml, makaron wderki 200g 200g,	Salatka z selerem i szynk 120g 100g (2,4), szynka wleśka 30g / 2pl 30g, Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masłoro 1 55% 20g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, Jogurt naturalny 1szt 1 szt (1),
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml (1,4),

**Wartości od yczce:** 2109,68kcal; 102,84g; 74,74g; 256,03g; 69,08mg; 8,23mg; 340,45mg; 7,29g; 65,65g; 41,2g; 15,53g; 29,91g; 2920,3mg; 2494,22mg; 1359,08mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3		
kasza manna na mleku 300ml 300ml (1,4), Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, masło mini 10g 10g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (1), kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, chleb zwykły 3kromki 90g, masłoro mini 10g 10g,	zupa jarzynowa z ry em 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,20), Sos bolognes z mi sem z łopatki 150g 150ml (1,4,5,6,12,20), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g, makaron wderki 200g 200g,	szynka wleśka 60g / 2pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, Salata 18g, Herbata z c i cytryn 250ml 250ml, masłoro 1 55% 20g,
		<b>Posilek nocny:</b> Deser z kaszymanny z d emem 250ml (1,4),

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości od ywczę:** : 2242,4 kcal; : 105,3g; : 68,9g; : 300,73g; : 65,94mg; : 8,63mg; : 320,42mg; : 6,81g; : 71,96g; : 39,87g; : 16,81g; : 28,95g; : 2726,18mg; : 2623,72mg; : 1432,03mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL		
kielbasa szynkowa drob. 3pl 60g, Salatkę z kapusty pekińskiej 150g 150g (2), masłomini 10g 10g, chleb bezglutenowy 3kr 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu w dliny i koperku 80g 80g (4),	zupa kapuśniak 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO), Zapiekanka wielowarzywna z mi sem 400g 400g (1,2,4,5,6,12,SO), Jabłko pieczone 150g 120g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wileńska 30g / 2pl 30g, chleb bezglutenowy 2kr 70g, Salatkę z selerem i szynką 120g 100g (2,4), Salata 18g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kasza jaglana z musem z jabłek 250ml 250g,

**Wartości od ywczę:** : 2314,72kcal; : 97,53g; : 93,68g; : 276,55g; : 152,29mg; : 15,07mg; : 471,15mg; : 5,8g; : 55,16g; : 42,21g; : 30,32g; : 27,5g; : 2341,45mg; : 3740,78mg; : 1413,32mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Wegetariańska WE		
Pasta z twarogu, rzodkiewki i szczypiorku 90g 80g (4), Salatkę z kapusty pekińskiej 150g 150g (2), chleb zwykły 3kromki 90g, masło mini 10g 10g, ser długi 2pl 30g (4), Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	zupa jarzynowa z ryżem 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Placki ziemniaczane 450g 450g (1,2,4),	Salatkę z selerem kons. i ananasm 100g 100g (2,4), Ser topiony 33g 33g (4), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Deser z kaszy mąki z d. emem 250ml (1,4),

**Wartości od ywczę:** : 2390,78kcal; : 72,94g; : 112,88g; : 272,44g; : 134,74mg; : 8,29mg; : 325,76mg; : 6,37g; : 56,9g; : 52,15g; : 19,82g; : 30,46g; : 2551,38mg; : 3137,82mg; : 1405,5mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Dziecięca		
kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), masłomini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 2kr 70g,	zupa jarzynowa z ryżem 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO), Zapiekanka wielowarzywna z mi sem 400g 400g (1,2,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml,	Salatkę z selerem i szynką 120g 100g (2,4), szynka wileńska 30g / 2pl 30g, Salata 18g, masło 158% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
	<b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g 100ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Deser z kaszy mąki z d. emem 250ml (1,4),

**Wartości od ywczę:** : 1993,26kcal; : 93,44g; : 75,58g; : 234,46g; : 105,77mg; : 8,65mg; : 441,57mg; : 5,8g; : 79,46g; : 42,02g; : 16,05g; : 52,48g; : 2333,34mg; : 2941,51mg; : 1348,36mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML		
masłomini 10g 10g, kielbasa szynkowa drob. 3pl 60g, D. em 25g 25g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, chleb zwykły 3kromki 90g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO), Sos bolognese z mi sem z łopatkami 150g 150ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 120g, makaron waderki 200g 200g,	szynka wileńska 30g / 2pl 30g, Salatkę z selerem i szynką 120g 100g (2,4), Salata 18g, chleb zwykły 2kr 70g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Kasza jaglana z musem z jabłek 250ml 250g,

**Wartości od ywczę:** : 1968,43kcal; : 82,8g; : 67,97g; : 257,91g; : 102,68mg; : 10,32mg; : 307,93mg; : 6,36g; : 58,37g; : 36,93g; : 19,93g; : 27,83g; : 2550,76mg; : 2536,56mg; : 1019,9mg

rodzaj 2026-01-28 Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego 4		
kielbasa szynkowa drob. 3pl 60g, chleb zwykły 3kromki 90g, masłomini 10g 10g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4),	zupa jarzynowa z ryżem 350ml. 350ml (1,4,5,6,12,SO), Sos bolognese z mi sem z łopatkami 150g 150ml (1,4,5,6,12,SO), kisiel - kompot 250 250ml, Jabłko pieczone 150g 150g, makaron waderki 200g 200g,	szynka wileńska 60g / 3pl 60g, Salata 18g, chleb zwykły 3kromki 90g, masło 158% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, twaróg 30g / pudelko 30g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Deser z kaszy mąki z d. emem 250ml (1,4),

**Wartości od ywczę:** : 1927,4kcal; : 96,49g; : 56,06g; : 259,15g; : 63,75mg; : 8,18mg; : 291,96mg; : 6,98g; : 60,65g; : 31,41g; : 16,16g; : 28,97g; : 2792,59mg; : 2277,74mg; : 1203,53mg

## Jadłospisy dla oddziałów

rodzaj <del>2026-01-28</del>		Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7	
kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Salatką z papryki i rukoli 150g 150g ( <del>2</del> ), chleb razowy 60g 2kr 60g ( <del>2</del> ), Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g ( <del>2</del> ), masłomini 10g 10g,	zupa jarzynowa z ryżem 350ml. 350ml ( <del>1 4 5 6 12 50</del> ), Zapiekanka wielowarstwowa z mięsem 400g 400g ( <del>1 2 4 5 6 12 50</del> ), kisiel -kompot 250 250ml, Jabłko 1szt 150g,	szynka wiejska 30g / 2pl 30g, Salatką z selerem i szynką 120g 100g ( <del>2 4</del> ), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, masłoro 155% 20g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,	
		<b>Posiłek nocny:</b> Deser z kaszymanny z dżemem 250ml ( <del>1 4</del> ),	

**Wartości odżywcze** : 2010,97 kcal : 92,98g : 81,92g : 228,66g : 198,44mg : 10,39mg : 441,57mg : 6,02g : 69,37g : 42,49g : 23,36g : 31,62g : 2421,81mg : 3321,32mg : 1471,35mg

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Zakażeni		
niadanie - II niadanie	Obiad - Podwieczorek	Kolacja - Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa 1</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Salatką z makaronem ry o wym ogórkami i koperkiem 100g 100g (24), Kielbasa ywiecka 30g 2pl 30g, Pasta z twarogu i szczypiorku 80g 80g (4), masło mini 10g 10g, Chleb razowy 1kr 30g (1), chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g,	Zupa jarzynowa z ziem. i brukselk 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), Kurczak w sosie słodko-kwa nym 250g 200g (1), kisiel - kompot 250 250ml, kasza bulgur 200g 200g, surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 150g 100g (24)	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, masło ro l 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml, Pomidor 100g 100g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz.z masłem w dlin i ogórkiem 85g,

**Warto ci od ywze** : 1923.55 kcal; : 89.11 g; : 67.88 g; : 243.37 g; : 163.08 mg; : 10.71 mg; : 270.18 mg; : 7.27 g; : 47.96 g; : 33.74 g; : 24.84 g; : 22.36 g; : 2911.77 mg; : 3245.31 mg; : 1334.36 mg

<b>czwartek 2026-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna 2</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Kielbasa ywiecka 30g 2pl 30g, Salatką z makaronem ry o wym ogórkami i koperkiem 100g 100g (24), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykły 2kr 70g, Salata 18g,	zupa jarzynowa z ziemiakami 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), kasza j czmienna 200g 200g (1), marchew oprószana 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (1)	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

**Warto ci od ywze** : 2088 kcal; : 95.67 g; : 64.73 g; : 287.17 g; : 111.7 mg; : 10.57 mg; : 287.36 mg; : 7.5g; : 50.04g; : 34.94 g; : 28.91 g; : 23.05 g; : 3001.28 mg; : 3458.68 mg; : 1432.62 mg

<b>czwartek 2026-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych w glównadów 6</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Salatką z makaronem ry o wym ogórkami i koperkiem 100g 100g (24), Kielbasa ywiecka 30g 2pl 30g, masło mini 10g 10g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Pasta z twarogu i szczypiorku 80g 80g (4), Salata 18g,	Zupa jarzynowa z ziem. i brukselk 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), kasza bulgur 200g 200g, surówka z kapusty czerwonej i chrzanu 150g 150g (24), kompot 250g 250ml,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Pomidor 100g 100g, masło ro l 55% 20g, chleb razowy 60g 2kr 60g (1), Salata 18g, Herbata b/c 250ml 250ml,
<b>II niadanie</b> kromka chleba raz. z twar, ogórkiem 80g 80g (1, 4)		<b>Posiłek nocny:</b> bułka grahamka z szynk, ogórkiem kisz. 80g,

**Warto ci od ywze** : 2036.25 kcal; : 99.48 g; : 66.99 g; : 265.61 g; : 153.25 mg; : 13.03 mg; : 268.48 mg; : 8.14 g; : 67.91 g; : 31.16 g; : 32.74 g; : 38.43 g; : 3251.17 mg; : 3669.37 mg; : 1661.24 mg

<b>czwartek 2026-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Dieta bogatobiałkowa 9</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Salatką z makaronem ry o wym ogórkami i koperkiem 100g 100g (24), pasztecik drobiowy 50g 50g, masło 83% 15g, Kielbasa ywiecka 30g 2pl 30g, chleb zwykły 2kr 70g, Pomidor 100g 100g, Salata 18g,	zupa jarzynowa z ziemiakami 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), marchew oprószana 150g 150g (1), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz.z masłem w dlin i ogórkiem 85g,

**Warto ci od ywze** : 2099.23 kcal; : 86.52 g; : 79.58 g; : 264.37 g; : 135.11 mg; : 10.74 mg; : 335.92 mg; : 7.7 g; : 47.17 g; : 40.88 g; : 26.32 g; : 22.89 g; : 3082.65 mg; : 4031.15 mg; : 1283 mg

<b>czwartek 2026-01-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu 3</b>		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Salatką z makaronem ry o wym ogórkami i koperkiem 100g 100g (24), masło 83% 15g, chleb zwykły 3kronki 90g, kielbasa szynkowa dr 3pl 60g, Salata 18g,	zupa jarzynowa z ziemiakami 350ml 350ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (1, 4, 5, 6, 12, 50), ziemniaki 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (1)	szynka wile ska 30g / 2pl 30g, Salata 18g, masło ro l 55% 20g, chleb zwykły 3kronki 90g, Herbata z/c i cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,

## Jadłospisy dla oddziałów

**Wartości odżywcze:** 2082 kcal; 87.69 g; 62.51 g; 285.66g; 11815 mg; 10.43 mg; 311.31 mg; 7.76g; 46.23g; 35.2g; 27.9g; 23.86g; 3103.2 mg; 3967.57 mg; 1329.08mg

czwartek 2026-01-29		
Jadłospis dla diety: Bezglutenowa GL		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Sałatka z makaronem ryowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24), Kielbasa wywiecka 30g 2pl 30g, pasztecik drobiowy 50g 50g, masło 83% 15g, Pomidor 100g 100g, chleb bezglutenowy 2kr 70g, Sałata 18g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (14561250), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (14561250), ziemniaki 200g 200g, kisiel - kompot 250 250ml, marchewoprószana 150g 150g (1),	szynka wileńska 30g/2pl 30g, sałata z rysem, pomidorem i natką 80g 80g (124), Sałata 18g, masło 155% 20g, Herbata z cytryn 250ml 250ml, chleb bezglutenowy 2kr 70g,
		<b>Posiłek nocny:</b> masło mini 10g 10g, chleb bezglutenowy 2kr 70g, kielbasa szynkowa drob. 2pl 30g, Ogórek zielony 50g 50g,

**Wartości odżywcze:** 2466.55 kcal; 87.83g; 87.75g; 340.94g; 149.96mg; 14.76mg; 340.7mg; 6.07g; 52.79g; 41.69g; 35.63g; 26.4g; 2435.82mg; 4326.95mg; 1405.15mg

czwartek 2026-01-29		
Jadłospis dla diety: Wegetariańska VE		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), D em 25g 25g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykły 3kromki 90g, Sałata z makaronem ryowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24), Sałata 18g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (14561250), Pierogi ze szpinakiem i twarogiem 400g 400g (12), marchewoprószana 150g 150g (1), kisiel - kompot 250 250ml,	ser długi 2pl 40g (4), Sałata 18g, masło 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z serem i pomidorem 65g 85g (4),

**Wartości odżywcze:** 2548.54 kcal; 118.34g; 81.62g; 341.44g; 193.95mg; 14.83mg; 267.37mg; 6.18g; 65.26g; 38.66g; 28.65g; 25.52g; 2470.64mg; 3340.88mg; 1726.28mg

czwartek 2026-01-29		
Jadłospis dla diety: Dzieci 6+		
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Sałatka z makaronem ryowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24), Kielbasa wywiecka 30g 2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykły 2kr 70g, D em 25g 25g, Sałata 18g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (14561250), marchewoprószana 150g 150g (1), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (14561250), kisiel - kompot 250 250ml, ziemniaki 200g 200g,	szynka wileńska 30g/2pl 30g, Sałata 18g, masło 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryn 250ml 250ml,
	<b>Podwieczorek:</b> mus owocowy 100g 100ml,	<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z serem i pomidorem 65g 85g (4),

**Wartości odżywcze:** 2078.43 kcal; 90.49g; 58.01g; 304.12g; 143.93mg; 10.17mg; 258.72mg; 6.24g; 85.06g; 31.77g; 27.42g; 51.32g; 2490.14mg; 4128.41mg; 1320.25mg

czwartek 2026-01-29		
Jadłospis dla diety: Bezmleczna ML		
masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryn 250ml 250ml, Kielbasa wywiecka 30g 2pl 30g, pasztecik drobiowy 50g 50g, Sałata z makaronem ryowym ogórkami i koperkiem 100g 100g (24), Sałata 18g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (14561250), kisiel - kompot 250 250ml, Kiełbki mielone drobiowe pieczone 120g 120g (2), ziemniaki 200g 200g, marchewoprószana 150g 150g (1),	szynka wileńska 60g/2pl 60g, Sałata 18g, masło 155% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryn 250ml 250ml, D em 25g 25g,
		<b>Posiłek nocny:</b> Bułka psz. z masłem w dlin i ogórkiem 85g,

**Wartości odżywcze:** 1998.36 kcal; 82.19g; 70.26g; 263.31g; 134.18mg; 10.46mg; 331.64mg; 7.95g; 47.38g; 34.65g; 24.62g; 27.85g; 3183.41mg; 3614.71mg; 1094.55mg

## Jadłospisy dla oddziałów

czwartek 2026-01-29			Jadłospis dla diety: Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających i wydzielenie soku żołądkowego 4
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Sałatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24), Kielbasa wiecka 30g 2pl 30g, masło mini 10g 10g, Pomidor 100g 100g, chleb zwykły 3kronki 90g, pasztecik drobiowy 50g 50g, Sałata 18g,	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (7 4 5 6 12 50), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (7 4 5 6 12 50), ziemniaki z koperkiem 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (7), kisiel - kompot 250 250ml,	szynka wiejska 60g / 3pl 60g, Sałata 18g, masło rolnicze 55% 20g, chleb zwykły 2kr 70g, Herbata z cytryną 250ml 250ml,	
		Posiłek nocny: Bułka psz. z masłem i wedlin 85g,	

Wartości od wczoraj : 2084,36kcal : 91,36g : 72,25g : 272,41g : 131,8mg : 10,91mg : 318,9mg : 7,92g : 47,46g : 35,87g : 26,65g : 23,27g : 3168,29mg : 4019,91mg : 1308,99mg

czwartek 2026-01-29			Jadłospis dla diety: Dieta o kontrolowanej zawartości kwasów tłuszczowych 7
Kawa z mlekiem b/c 250ml 250ml (4), Kielbasa wiecka 30g 2pl 30g, Pomidor 100g 50g, chleb zwykły 3kronki 90g, pasta z twarogu z koperkiem 80g 80g (4), masło mini 10g 10g, Sałatka z makaronem ryżowym ogórkiem i koperkiem 100g 100g (24),	zupa jarzynowa z ziemniakami 350ml 350ml (7 4 5 6 12 50), Gulasz z kurczaka 180ml 150ml (7 4 5 6 12 50), ziemniaki 200g 200g, marchew oprószana 150g 150g (7), kisiel - kompot 250 250ml, sos koperkowy 100ml 100ml (7),	szynka wiejska 60g / 3pl 60g, Sałata 18g, masło rolnicze 55% 20g, chleb zwykły 3kronki 90g, Herbata z cytryną 250ml 250ml, Bułka psz. z masłem w dlin i ogórkiem 85g,	

Wartości od wczoraj : 2224,01 kcal : 104,4g : 73,82g : 291,53g : 128,6mg : 11,13mg : 333,74mg : 9g : 50,71g : 40,91g : 28,41g : 24,3g : 3597,37mg : 4217,69mg : 1495,09mg