

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-08-11		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka gotowana wieprzowa 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g,	Zupa z soczewicy 300ml (SEL), Wątróbka drobiowa duszona 130g (GLU Pszen), sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty kiszzonej 150g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Twaróg z ziołami 60g (BIA), Sałatka z pomidora i ogórka zielonego 70g, Posiłek nocny: jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2034.25 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 81.93 g; Węglowodany ogółem: 262.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.16 g; suma cukrów prostych: 49.56 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; Sód: 2328.01 mg;		
wtorek 2026-08-11		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka gotowana wieprzowa 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: budyń śmietankowy bez cukru 150ml (BIA),	Zupa ogórkowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Wątróbka drobiowa duszona 130g (GLU Pszen), sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, brokuł gotowany 200g, kompot b/c 250ml, Surówka z kapusty kiszzonej 150g, Podwieczorek: jabłko 1szt,	herbata b/c 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Twaróg z ziołami 60g (BIA), Sałatka z pomidora i ogórka zielonego 70g, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2117.97 kcal; Białko ogółem: 99.03 g; Tłuszcz: 80.29 g; Węglowodany ogółem: 222.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 89.55 g; suma cukrów prostych: 46.77 g; Błonnik pokarmowy: 34.48 g; Sód: 2520.26 mg;		
wtorek 2026-08-11		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka gotowana wieprzowa 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g,	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Wątróbka drobiowa duszona 130g (GLU Pszen), sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, brokuł gotowany 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Twaróg z ziołami 60g (BIA), pomidor 70g, Posiłek nocny: jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2013.29 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 69.41 g; Węglowodany ogółem: 281.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.24 g; suma cukrów prostych: 46.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; Sód: 2288.17 mg;		
środa 2026-08-12		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kawa rozpuszalna 250ml, Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g,	Zupa z fasolki szparagowej 300ml (GLU Pszen, SEL), kotlet dr z mięsa mielonego smażony 130g (GLU Pszen, JAJ), sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, surówka z modrej kapusty 150g (JAJ), kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka mielona 40g (BIA, SOJ), pomidor 70g, Posiłek nocny: budyń 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2143.23 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 71.12 g; Węglowodany ogółem: 310.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.92 g; suma cukrów prostych: 67.08 g; Błonnik pokarmowy: 26.26 g; Sód: 2764.71 mg;		
środa 2026-08-12		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa rozpuszalna 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: kefir 150g (BIA),	Zupa z fasolki szparagowej 300ml (GLU Pszen, SEL), pulpet drobiowy z zieleniną gotowany 130g (GLU Pszen), sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, Surówka z kapusty modrej (czerwonej) 150g, kalafior gotowany 200g, kompot b/c 250ml, Podwieczorek: wafle ryżowe 30g,	herbata b/c 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g, pomidor 70g, Posiłek nocny: budyń b/c 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2036.51 kcal; Białko ogółem: 93.33 g; Tłuszcz: 74.09 g; Węglowodany ogółem: 285.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.74 g; suma cukrów prostych: 34.76 g; Błonnik pokarmowy: 40.95 g; Sód: 2682.75 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-12 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Kawa rozpuszalna 250ml , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa z fasolki szparagowej 300ml (GLU Pszen, SEL), pulpet drobiowy z zieleniną gotowany 130g (GLU Pszen), sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , kalafior gotowany 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , pomidor 70g , Posiłek nocny: budyń 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2020.21 kcal; Białko ogółem: 90.46 g; Tłuszcz: 63.28 g; Węglowodany ogółem: 292.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.17 g; suma cukrów prostych: 61.27 g; Błonnik pokarmowy: 29.20 g; Sód: 2638.34 mg;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasztet z kruszonką 60g (BIA, GLU Pszen, JAJ, SOJ, SEL, GOR), papryka 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne gotowane w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), kompot 250ml , ryż biały gotowany na sypko 200g ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), piwna 40g (DWU), sałatka z ogórka konserwowego, papryki i kukurydzy 70g , mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: kisiel wiśniowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2191.19 kcal; Białko ogółem: 57.19 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 309.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.72 g; suma cukrów prostych: 76.58 g; Błonnik pokarmowy: 22.21 g; Sód: 2695.63 mg;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 40g , papryka 70g , mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne gotowane w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), kompot b/c 250ml , ryż brązowy gotowany 200g , Podwieczorek: jabłko 1szt ,	herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g , sałatka z ogórka konserwowego, papryki i kukurydzy 70g , Posiłek nocny: twarożek naturalny 100g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2020.08 kcal; Białko ogółem: 82.53 g; Tłuszcz: 80.51 g; Węglowodany ogółem: 277.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.83 g; suma cukrów prostych: 34.65 g; Błonnik pokarmowy: 39.64 g; Sód: 2836.64 mg;		
czwartek 2026-08-13 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 40g , sałatka z pomidora 50g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne gotowane w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), kompot 250ml , ryż biały gotowany na sypko 200g ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: kisiel wiśniowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2012.18 kcal; Białko ogółem: 59.50 g; Tłuszcz: 73.59 g; Węglowodany ogółem: 295.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.53 g; suma cukrów prostych: 74.52 g; Błonnik pokarmowy: 19.54 g; Sód: 2275.51 mg;		
piątek 2026-08-14 Dieta: PODSTAWOWA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), pasta z soczewicy czerwonej 70g , Sałatka z ogórka zielonego i zieleniną 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), kotlet rybny smażony 130g (GLU Pszen, JAJ, RYB), sos cytrynowy gotowany 100ml (GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszzonej 150g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica sopocka 40g (SOJ), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , twarożek 50g (BIA), Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2133.32 kcal; Białko ogółem: 64.61 g; Tłuszcz: 76.26 g; Węglowodany ogółem: 320.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.06 g; suma cukrów prostych: 74.35 g; Błonnik pokarmowy: 27.83 g; Sód: 2770.06 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-14 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), Kawa rozpuszczalna 250ml , pasta z soczewicy czerwonej 70g , Sałatka z ogórka zielonego i zieleniny 70g , mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen , SEL , GOR), pulpet rybny gotowany 130g (GLU Pszen , JAJ , RYB), sos cytrynowy gotowany 100ml (GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), Surówka z kapusty kiszzonej 150g , kompot b/c 250ml , Podwieczorek: wafle ryżowe 30g ,	herbata b/c 250ml , masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), twaróg 50g (BIA), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , polędwica sopocka 40g (SOJ), Posiłek nocny: kanapka z wędliną, masłem i ogórkiem 1 szt (BIA , GLU Pszen , JAJ),
Wartości odżywcze: Energia : 2036.83 kcal; Białko ogółem: 95.72 g; Tłuszcz: 64.51 g; Węglowodany ogółem: 302.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.18 g; suma cukrów prostych: 33.94 g; Błonnik pokarmowy: 41.65 g; Sód: 2779.95 mg;		
piątek 2026-08-14 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), Kawa rozpuszczalna 250ml , zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA , GLU Pszen), pasta selerowa 70g (SEL), sałatka z pomidora i zieleniny 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen , SEL , GOR), pulpet rybny gotowany 130g (GLU Pszen , JAJ , RYB), sos cytrynowy gotowany 100ml (GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), twaróg 50g (BIA), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , polędwica sopocka 40g (SOJ), Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2111.79 kcal; Białko ogółem: 105.04 g; Tłuszcz: 50.98 g; Węglowodany ogółem: 333.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.07 g; suma cukrów prostych: 69.68 g; Błonnik pokarmowy: 32.59 g; Sód: 2798.03 mg;		
sobota 2026-08-15 Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka szkolna 40g (SOJ), sałatka z ogórka zielonego, papryki i zieleniny 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa selerowa 300ml (BIA , SEL , GOR), udko duszone 130g , sos pieczeniowy jasny 100ml (BIA , GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , kalafior gotowany 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wiśniowa 40g (MIE , DWU), Sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 100g (DWU , GOR), Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2236.10 kcal; Białko ogółem: 98.12 g; Tłuszcz: 78.97 g; Węglowodany ogółem: 285.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 55.66 g; suma cukrów prostych: 76.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.89 g; Sód: 4403.20 mg;		
sobota 2026-08-15 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka szkolna 40g (SOJ), sałatka z ogórka zielonego, papryki i kukurydzy 70g , mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	Zupa selerowa 300ml (BIA , SEL , GOR), udko duszone 130g , sos pieczeniowy jasny 100ml (BIA , GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , kalafior gotowany 200g , kompot b/c 250ml , dynia gotowana 200g , Podwieczorek: biszkoty bez cukru 30g ,	herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wiśniowa 40g (MIE , DWU), Sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 100g (DWU , GOR), Posiłek nocny: budyń śmietankowy bez cukru 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2189.16 kcal; Białko ogółem: 92.14 g; Tłuszcz: 86.14 g; Węglowodany ogółem: 279.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.00 g; suma cukrów prostych: 64.81 g; Błonnik pokarmowy: 40.20 g; Sód: 4721.36 mg;		
sobota 2026-08-15 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka szkolna 40g (SOJ), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa selerowa 200ml (BIA , SEL , GOR), udko duszone 130g , sos pieczeniowy jasny 100ml (BIA , GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , kalafior gotowany 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wiśniowa 40g (MIE , DWU), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2082.18 kcal; Białko ogółem: 96.01 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 263.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.59 g; suma cukrów prostych: 73.53 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sód: 2984.39 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-16		
Dieta: PODSTAWOWA		
kakao 250ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), parówka drobiowa na ciepło 70g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g , sałatka z ogórka kiszzonego z natką pietruszki 70g ,	Rosół z kaszką manną 300ml (GLU Pszen, SEL), sztuka mięsa wieprzowa duszona 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , buraczki gotowane 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta rybna 50g (RYB, SEL, GOR), papryka konserwowa 70g , mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2154.16 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz: 95.75 g; Węglowodany ogółem: 279.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.06 g; suma cukrów prostych: 63.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.91 g; Sód: 3412.44 mg;		
niedziela 2026-08-16		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kakao b/c 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), parówka drobiowa na ciepło 70g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g , sałatka z ogórka kiszzonego z natką pietruszki 70g , II Śniadanie: kefir 150g (BIA),	Rosół czysty 300ml (SEL, GOR), sztuka mięsa wieprzowa duszona 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , gruszka 1 szt , buraczki gotowane 200g , kompot 250ml , Podwieczorek: mus owocowo-warzywny ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta rybna 50g (RYB, SEL, GOR), papryka konserwowa 70g , Posiłek nocny: serek wiejski 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2158.88 kcal; Białko ogółem: 87.51 g; Tłuszcz: 101.73 g; Węglowodany ogółem: 251.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.24 g; suma cukrów prostych: 63.55 g; Błonnik pokarmowy: 37.69 g; Sód: 3724.88 mg;		
niedziela 2026-08-16		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kakao 250ml (BIA), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), parówka drobiowa na ciepło 70g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g , sałatka z pomidora i mix sałat 100g ,	Rosół z kaszką manną 300ml (GLU Pszen, SEL), schab duszony 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , buraczki gotowane 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2087.44 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 82.14 g; Węglowodany ogółem: 264.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.06 g; suma cukrów prostych: 62.96 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g; Sód: 3152.18 mg;		
poniedziałek 2026-08-17		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), pasta jajeczno-selerowa gotowana 70g (BIA, JAJ, SEL), ogórek konserwowy 70g (GOR), masło extra 15g (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Łazanki razowe z mięsem i warzywami 350g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), Twaróg półtłusty 40g (BIA), pomidor 70g , Posiłek nocny: kisiel owocowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2328.26 kcal; Białko ogółem: 105.09 g; Tłuszcz: 75.47 g; Węglowodany ogółem: 322.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.50 g; suma cukrów prostych: 85.96 g; Błonnik pokarmowy: 18.27 g; Sód: 2633.27 mg;		
poniedziałek 2026-08-17		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta jajeczno-selerowa gotowana 70g (BIA, JAJ, SEL), ogórek konserwowy 70g (GOR), II Śniadanie: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Łazanki razowe z mięsem i warzywami 350g , kompot b/c 250ml , Podwieczorek: jabłko 1szt ,	herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), Twaróg półtłusty 40g (BIA), pomidor 70g , Posiłek nocny: kanapka z pastą warzywną 1szt (BIA, GLU Pszen),
Wartości odżywcze: Energia : 2143.49 kcal; Białko ogółem: 106.68 g; Tłuszcz: 79.74 g; Węglowodany ogółem: 280.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.89 g; suma cukrów prostych: 27.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.62 g; Sód: 2823.44 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-08-17		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta jajeczno-selerowa gotowana 70g (BIA, JAJ, SEL), pomidor 70g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Łazanki razowe z mięsem i warzywami 350g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), Twaróg półtłusty 40g (BIA), pomidor 70g , Posiłek nocny: kisiel owocowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2326.91 kcal; Białko ogółem: 105.52 g; Tłuszcz: 75.55 g; Węglowodany ogółem: 321.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.53 g; suma cukrów prostych: 83.83 g; Błonnik pokarmowy: 18.94 g; Sód: 2463.26 mg;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: PODSTAWOWA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), Kawa rozpuszalna 250ml , herbata 250ml , kurczak po królewsku 40g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy gotowany 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 40g , Sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 100g (DWU, GOR), Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2132.77 kcal; Białko ogółem: 88.39 g; Tłuszcz: 57.72 g; Węglowodany ogółem: 339.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.83 g; suma cukrów prostych: 64.94 g; Błonnik pokarmowy: 28.66 g; Sód: 3983.16 mg;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), Kawa rozpuszalna b/c 250ml , kurczak po królewsku 40g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: kefir 200ml (BIA),	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy gotowany 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), surówka wielowarzywna 150g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot b/c 250ml , Podwieczorek: mus owocowo-warzywny ,	herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 40g , Sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 100g (DWU, GOR), Posiłek nocny: budyń śmietankowy bez cukru 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2026.98 kcal; Białko ogółem: 91.02 g; Tłuszcz: 74.53 g; Węglowodany ogółem: 263.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.27 g; suma cukrów prostych: 48.03 g; Błonnik pokarmowy: 37.80 g; Sód: 3994.28 mg;		
wtorek 2026-08-18		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), kurczak po królewsku 40g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy gotowany 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 40g , pomidor 70g , Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2124.04 kcal; Białko ogółem: 91.42 g; Tłuszcz: 55.10 g; Węglowodany ogółem: 333.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.66 g; suma cukrów prostych: 76.64 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g; Sód: 2710.65 mg;		
środa 2026-08-19		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), paprykarz rybny 70g (RYB), ogórek zielony 70g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa z kaszą jaglaną i ziemniakami 300ml (SEL, GOR), Roladka drobiowa ze szpinakiem duszona 130g , sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , bukiet warzyw gotowany 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , papryka konserwowa 70g , twaróg 50g (BIA), mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: twaróg naturalny 100g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2393.73 kcal; Białko ogółem: 109.41 g; Tłuszcz: 81.26 g; Węglowodany ogółem: 327.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.28 g; suma cukrów prostych: 112.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g; Sód: 3057.57 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-19 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), paprykarz rybny 70g (RYB), pomidor 30g , ogórek zielony 70g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	Zupa z kaszą jaglaną i ziemniakami 300ml (SEL, GOR), Roladka drobiowa ze szpinakiem duszona 130g , sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , bukiet warzyw gotowany 200g , seler gotowany 200g (SEL), kompot 250ml , Podwieczorek: biszkopty bez cukru 30g ,	herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , papryka konserwowa 70g , twarożek 50g (BIA), mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: twarożek naturalny 100g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2111.22 kcal; Białko ogółem: 103.50 g; Tłuszcz: 85.65 g; Węglowodany ogółem: 267.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.86 g; suma cukrów prostych: 46.91 g; Błonnik pokarmowy: 47.87 g; Sód: 3218.44 mg;		
środa 2026-08-19 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), paprykarz rybny 70g (RYB), pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa z kaszą jaglaną i ziemniakami 300ml (SEL, GOR), Roladka drobiowa ze szpinakiem duszona 130g , sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), Ziemniaki 150g , bukiet warzyw gotowany 100g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , pomidor 70g , twarożek 50g (BIA), mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: jabłko 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2196.88 kcal; Białko ogółem: 90.96 g; Tłuszcz: 67.53 g; Węglowodany ogółem: 321.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.40 g; suma cukrów prostych: 112.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.76 g; Sód: 2810.22 mg;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , majonez 20g (JAJ),	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), schab duszony 130g , sos koperkowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , surówka z kapusty białej i marchwi z olejem 150g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), ser żółty 40g (BIA), sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 70g (DWU, GOR), Posiłek nocny: budyń 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2375.73 kcal; Białko ogółem: 102.61 g; Tłuszcz: 91.39 g; Węglowodany ogółem: 309.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.08 g; suma cukrów prostych: 62.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.45 g; Sód: 3901.03 mg;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , sos jogurtowy 20ml , II Śniadanie: serek wiejski 100g ,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), schab duszony 130g , sos koperkowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , surówka z kapusty białej i marchwi z olejem 150g , bukiet warzyw gotowany 200g , kompot b/c 250ml ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g , sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 70g (DWU, GOR), Posiłek nocny: budyń b/c 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2230.36 kcal; Białko ogółem: 109.88 g; Tłuszcz: 81.50 g; Węglowodany ogółem: 299.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.75 g; suma cukrów prostych: 49.76 g; Błonnik pokarmowy: 39.25 g; Sód: 4213.89 mg;		
czwartek 2026-08-20 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , sos jogurtowy 20ml ,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), schab duszony 130g , sos koperkowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , bukiet warzyw gotowany 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g , sałatka z pomidora 70g , Posiłek nocny: budyń 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2083.33 kcal; Białko ogółem: 98.72 g; Tłuszcz: 73.92 g; Węglowodany ogółem: 279.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.48 g; suma cukrów prostych: 53.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.46 g; Sód: 2058.87 mg;		

Dietetyk

.....