

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-11		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń ryńska 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , surówka z modrej kapusty 150g (JAJ), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka krakowska parzona 50g (MIĘ, DWU), ogórek kiszony 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2325.72 kcal; Białko ogółem: 92.66 g; Tłuszcz: 78.61 g; Węglowodany ogółem: 332.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; suma cukrów prostych: 105.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.31 g; Sód: 4028.75 mg;		
środa 2026-02-11		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń ryńska 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , surówka z modrej kapusty 150g (JAJ), jabłko 1szt , kompot 250ml , Podwieczorek: kisiel cyrynowy 150ml bez cukru ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka krakowska parzona 50g (MIĘ, DWU), ogórek kiszony 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2076.82 kcal; Białko ogółem: 78.22 g; Tłuszcz: 72.26 g; Węglowodany ogółem: 309.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.95 g; suma cukrów prostych: 84.89 g; Błonnik pokarmowy: 34.63 g; Sód: 3939.20 mg;		
środa 2026-02-11		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z lanym ciastem 300ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń ryńska 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , marchewka gotowana 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka krakowska parzona 50g (MIĘ, DWU), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2286.43 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 76.11 g; Węglowodany ogółem: 332.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.82 g; suma cukrów prostych: 103.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.63 g; Sód: 3593.92 mg;		
czwartek 2026-02-12		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 50g , pomidor 50g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),	Zupa dyniowa z kluseczkami 300ml (GLU Pszen, JAJ, SEL), Filet z kurczaka panierowany 130g (GLU Pszen), ziemniaki 250g , kapusta kiszona gotowana 150g (GLU Pszen), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasztet zapiekany 70g (BIA, GLU Pszen, JAJ, SOJ, SEL, GOR), ogórek konserwowy 70g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2234.43 kcal; Białko ogółem: 93.82 g; Tłuszcz: 82.34 g; Węglowodany ogółem: 307.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.54 g; suma cukrów prostych: 70.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.15 g; Sód: 3027.09 mg;		
czwartek 2026-02-12		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 50g , pomidor 50g , Twaróg półtłusty 50g (BIA), II Śniadanie: kiwi 1szt ,	Zupa dyniowa z kluseczkami 300ml (GLU Pszen, JAJ, SEL), filet z kurczaka gotowany 130g , sos koperkowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , kapusta kiszona gotowana 150g (GLU Pszen), kalafior 200g , kompot 250ml , Podwieczorek: serek wiejski 100g ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g , ogórek konserwowy 70g (GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2066.05 kcal; Białko ogółem: 97.20 g; Tłuszcz: 83.96 g; Węglowodany ogółem: 268.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.75 g; suma cukrów prostych: 60.38 g; Błonnik pokarmowy: 39.60 g; Sód: 3264.27 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-02-12		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 50g , pomidor 50g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),	Zupa dyniowa z kluseczkami 300ml (GLU Pszen, JAJ, SEL), filet z kurczaka gotowany 130g , sos koperkowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , kalamior 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g , pomidor 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2069.06 kcal; Białko ogółem: 98.94 g; Tłuszcz: 76.02 g; Węglowodany ogółem: 274.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.83 g; suma cukrów prostych: 56.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.39 g; Sód: 2636.61 mg;		
piątek 2026-02-13		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), paprykarz 80g (RYB), ogórek zielony 70g , mus jabłkowy 30g ,	Barszcz czerwony 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), gzik 150g (BIA), ziemniaki 200g , jabłko 1szt , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka rodzinna 50g (BIA, SOJ), papryka konserwowa 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2040.37 kcal; Białko ogółem: 81.01 g; Tłuszcz: 77.03 g; Węglowodany ogółem: 276.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.91 g; suma cukrów prostych: 71.64 g; Błonnik pokarmowy: 23.19 g; Sód: 2991.45 mg;		
piątek 2026-02-13		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa rozpuszalna 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), paprykarz 80g (RYB), ogórek zielony 70g , pomidor 30g , II Śniadanie: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	Barszcz czerwony 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), gzik 150g (BIA), ziemniaki 250g , jabłko 1szt , kompot 250ml , Podwieczorek: sok warzywny 200ml ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), szynka rodzinna 50g (BIA, SOJ), papryka konserwowa 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2022.55 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 79.82 g; Węglowodany ogółem: 273.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.76 g; suma cukrów prostych: 64.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.20 g; Sód: 3765.63 mg;		
piątek 2026-02-13		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Kawa rozpuszalna 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), paprykarz 80g (RYB), pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,	Barszcz czerwony 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), gzik 150g (BIA), ziemniaki 200g , jabłko gotowane 1szt , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2035.15 kcal; Białko ogółem: 81.17 g; Tłuszcz: 76.30 g; Węglowodany ogółem: 276.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.77 g; suma cukrów prostych: 71.94 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; Sód: 2810.46 mg;		
sobota 2026-02-14		
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 szkolna wieprzowa 50g (SOJ), pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron gotowany 200g (GLU Pszen, JAJ), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Twaróg z ziołami 70g (BIA), sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2180.07 kcal; Białko ogółem: 94.67 g; Tłuszcz: 75.13 g; Węglowodany ogółem: 297.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.38 g; suma cukrów prostych: 65.98 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g; Sód: 2226.33 mg;		
sobota 2026-02-14		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa rozpuszalna 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka szkolna wieprzowa 50g (SOJ), pomidor 70g , ogórek kiszony 30g , II Śniadanie: jabłko 1szt ,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron razowy 200g , Surówka z kapusty modrej (czerwonej) 150g (JAJ), kompot 250ml , Podwieczorek: Budyń kokosowy b/c 150ml (BIA),	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Twaróg z ziołami 70g (BIA), sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2270.61 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 86.61 g; Węglowodany ogółem: 314.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.93 g; suma cukrów prostych: 84.52 g; Błonnik pokarmowy: 31.37 g; Sód: 2232.80 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-02-14		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Kawa rozpuszczalna 250ml , Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka szkolna wieprzowa 50g (SOJ), pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron gotowany 200g (GLU Pszen, JAJ), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Twaróg z ziołami 70g (BIA), pomidor 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2141.37 kcal; Białko ogółem: 94.64 g; Tłuszcz: 70.65 g; Węglowodany ogółem: 298.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.99 g; suma cukrów prostych: 66.01 g; Błonnik pokarmowy: 19.44 g; Sód: 2038.68 mg;		
niedziela 2026-02-15		
Dieta: PODSTAWOWA		
Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kakao 250ml (BIA), parówka drobiowa na ciepło 70g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g , sałatka z ogórka zielonego, papryki i zieleniny 100g ,	Rosół z makaronem pszennym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), udko duszone 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ryż na sypko 200g , kapusta modra gotowana 150g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka delikatna z fileta 50g (BIA), pomidor 70g , powidła śliwkowe 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2217.10 kcal; Białko ogółem: 85.08 g; Tłuszcz: 76.59 g; Węglowodany ogółem: 316.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.06 g; suma cukrów prostych: 77.09 g; Błonnik pokarmowy: 22.01 g; Sód: 2382.43 mg;		
niedziela 2026-02-15		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kakao 250ml (BIA), parówka drobiowa na ciepło 70g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g , sałatka z ogórka zielonego, papryki i zieleniny 100g , II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml ,	Rosół czysty 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), udko duszone 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ryż brązowy 200g , bukiet warzyw 200g , kompot 250ml , Podwieczorek: kisiel wiśniowy 150ml bez cukru ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka delikatna z fileta 50g (BIA), pomidor 70g , powidła śliwkowe 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2291.30 kcal; Białko ogółem: 83.72 g; Tłuszcz: 87.58 g; Węglowodany ogółem: 329.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.24 g; suma cukrów prostych: 89.86 g; Błonnik pokarmowy: 39.17 g; Sód: 2797.93 mg;		
niedziela 2026-02-15		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kakao 250ml (BIA), parówka drobiowa na ciepło 70g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g , pomidor 70g ,	Rosół z makaronem pszennym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), udko duszone 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ryż na sypko 200g , bukiet warzyw 200g ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka delikatna z fileta 50g (BIA), pomidor 70g , dżem 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2185.73 kcal; Białko ogółem: 84.90 g; Tłuszcz: 85.58 g; Węglowodany ogółem: 289.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.81 g; suma cukrów prostych: 54.18 g; Błonnik pokarmowy: 22.26 g; Sód: 2424.83 mg;		
poniedziałek 2026-02-16		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica drobiowa 50g , papryka konserwowa 70g ,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz wieprzowy z papryką 130g (GLU Pszen), sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2201.05 kcal; Białko ogółem: 86.78 g; Tłuszcz: 85.81 g; Węglowodany ogółem: 292.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.11 g; suma cukrów prostych: 51.29 g; Błonnik pokarmowy: 23.93 g; Sód: 2535.82 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-02-16 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica drobiowa 50g, papryka konserwowa 70g, II Śniadanie: wafle ryżowe 30g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), surówka wielowarzywna 150g, kompot 250ml, Podwieczorek: kanapka z wędliną i ogórkiem 1 szt (BIA, GLU Pszen, JAJ),	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2212.12 kcal; Białko ogółem: 75.36 g; Tłuszcz: 89.90 g; Węglowodany ogółem: 312.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.64 g; suma cukrów prostych: 46.05 g; Błonnik pokarmowy: 39.17 g; Sód: 2627.53 mg;		
poniedziałek 2026-02-16 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z makaronem 300ml (BIA, GLU Pszen, JAJ), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 50g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2190.93 kcal; Białko ogółem: 85.81 g; Tłuszcz: 81.29 g; Węglowodany ogółem: 299.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.21 g; suma cukrów prostych: 50.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.93 g; Sód: 2357.05 mg;		
wtorek 2026-02-17 Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 60g (SOJ), sałatka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70g,	Zupa z kaszą jaglaną i ziemniakami 300ml (SEL, GOR), sztuka mięsa drobiowa smażona 130g, sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza gryczana 200g (GLU Pszen), Surówka z białej kapusty 150g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta brokułowa 80g (SEL), twarożek 30g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2089.03 kcal; Białko ogółem: 85.86 g; Tłuszcz: 87.03 g; Węglowodany ogółem: 262.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.46 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g; Sód: 2124.67 mg;		
wtorek 2026-02-17 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 60g (SOJ), sałatka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70g, II Śniadanie: biszkopty bez cukru 30g,	Zupa z kaszą jaglaną i ziemniakami 300ml (SEL, GOR), sztuka mięsa drobiowa 130g, sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza gryczana 250g (GLU Pszen), Surówka z białej kapusty 150g, kompot 250ml, seler gotowany 200g (SEL), Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta brokułowa 80g (SEL), twarożek 30g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2166.43 kcal; Białko ogółem: 87.11 g; Tłuszcz: 76.37 g; Węglowodany ogółem: 330.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.20 g; suma cukrów prostych: 63.81 g; Błonnik pokarmowy: 51.14 g; Sód: 3067.78 mg;		
wtorek 2026-02-17 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 50g (SOJ), sałatka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70g,	Zupa z kaszą jaglaną i ziemniakami 300ml (SEL, GOR), sztuka mięsa drobiowa 130g, sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, kalafior 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, masło extra 15g (BIA), pasta brokułowa 80g (SEL), twarożek 30g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen),
Wartości odżywcze: Energia : 2039.93 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 80.18 g; Węglowodany ogółem: 267.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.62 g; suma cukrów prostych: 57.73 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g; Sód: 2762.12 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-18		
Dieta: PODSTAWOWA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300 ml (BIA), szynka mielona 50g (BIA, SOJ), pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa marchewkowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL), pulpet drobiowy z zieleciną 130g (GLU Pszen), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , kalafior 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 50g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2020.74 kcal; Białko ogółem: 82.98 g; Tłuszcz: 67.49 g; Węglowodany ogółem: 295.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.13 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Błonnik pokarmowy: 28.17 g; Sód: 3420.70 mg;		
środa 2026-02-18		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), kawa z mlekiem 250ml (BIA), szynka luksusowa 50g , pomidor 70g , ogórek zielony 30g , II Śniadanie: gruszka 1 szt ,	Zupa marchewkowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL), pulpet drobiowy z zieleciną 130g (GLU Pszen), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , kalafior 200g , kompot 250ml , kiwi 1szt , Podwieczorek: galaretką 150g ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 50g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2020.57 kcal; Białko ogółem: 83.93 g; Tłuszcz: 77.13 g; Węglowodany ogółem: 285.69 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.95 g; suma cukrów prostych: 51.71 g; Błonnik pokarmowy: 40.35 g; Sód: 3290.47 mg;		
środa 2026-02-18		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z płatkami ryżowymi 300 ml (BIA), szynka luksusowa 50g , pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,	Zupa marchewkowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL), pulpet drobiowy z zieleciną 130g (GLU Pszen), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 50g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2001.31 kcal; Białko ogółem: 83.20 g; Tłuszcz: 67.29 g; Węglowodany ogółem: 287.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.69 g; suma cukrów prostych: 61.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.21 g; Sód: 3353.83 mg;		
czwartek 2026-02-19		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), makaron gotowany 200g (GLU Pszen, JAJ), serek biały na słodko 120g (BIA), sos truskawkowy 150ml , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka konserwowa z kurczakiem 50g (SOJ), papryka konserwowa 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2290.60 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 64.53 g; Węglowodany ogółem: 344.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.13 g; suma cukrów prostych: 90.03 g; Błonnik pokarmowy: 21.48 g; Sód: 2753.19 mg;		
czwartek 2026-02-19		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g , Twaróg półtłusty 50g (BIA), II Śniadanie: jabłko 1szt ,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), makaron razowy 200g , serek waniliowy bez cukru 120g (BIA), sos truskawkowy bez cukru 150ml , kompot 250ml , Podwieczorek: mus warzywny 100g ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka konserwowa z kurczakiem 50g (SOJ), papryka konserwowa 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2040.04 kcal; Białko ogółem: 86.73 g; Tłuszcz: 55.47 g; Węglowodany ogółem: 327.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.44 g; suma cukrów prostych: 83.27 g; Błonnik pokarmowy: 33.00 g; Sód: 2568.60 mg;		
czwartek 2026-02-19		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałatka z pomidora 70g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), makaron gotowany 200g (GLU Pszen, JAJ), serek biały na słodko 120g (BIA), sos truskawkowy 150ml , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka konserwowa z kurczakiem 50g (SOJ), pomidor 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2277.78 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 63.71 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.97 g; suma cukrów prostych: 89.76 g; Błonnik pokarmowy: 21.13 g; Sód: 2134.49 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-20		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta z soczewicy czerwonej 80g, sałatka z ogórka konserwowego i cebuli 70g,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), ryba smażona 130g (RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU Pszen), ziemniaki 250g, Surówka z kapusty kiszzonej 150g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), serek wiejski 100g, sałatka z ogórka zielonego, papryki i zieleniny 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2001.21 kcal; Białko ogółem: 65.20 g; Tłuszcz: 61.40 g; Węglowodany ogółem: 324.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.34 g; suma cukrów prostych: 81.53 g; Błonnik pokarmowy: 30.62 g; Sód: 2805.91 mg;		
piątek 2026-02-20		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta z soczewicy czerwonej 80g, sałatka z ogórka konserwowego i cebuli 70g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), pulpet rybny gotowany 130g (GLU Pszen, JAJ, RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU Pszen), ziemniaki 250g, Surówka z kapusty kiszzonej 150g, kompot 250ml, Podwieczorek: wafle ryżowe 30g,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), serek wiejski 100g, sałatka z ogórka zielonego, papryki i zieleniny 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 1987.80 kcal; Białko ogółem: 93.66 g; Tłuszcz: 55.78 g; Węglowodany ogółem: 314.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.25 g; suma cukrów prostych: 60.56 g; Błonnik pokarmowy: 40.58 g; Sód: 3056.46 mg;		
piątek 2026-02-20		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta selerowa 80g (SEL), sałatka z pomidora 70g,	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), pulpet rybny gotowany 130g (GLU Pszen, JAJ, RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU Pszen), ziemniaki 200g, szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), serek wiejski 100g, pomidor 50g, mus jabłkowy 30g,
Wartości odżywcze: Energia : 2125.85 kcal; Białko ogółem: 100.59 g; Tłuszcz: 50.36 g; Węglowodany ogółem: 342.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.77 g; suma cukrów prostych: 84.32 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g; Sód: 2497.26 mg;		

Dietetyk

.....