

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21		
Dieta: PODSTAWOWA		
kakao 250ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Kielbasa śląska na ciepło 60g, musztarda 20g (DWU), papryka 70g, mieszanka sałat 30g,	Rosół z makaronem pszennym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), schab duszony 130g, sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza gryczana gotowana 200g (GLU Pszen), buraczki gotowane 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka delikatna z fileta 40g, pomidor 70g, dżem 30g, Posiłek nocny: jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2260.58 kcal; Białko ogółem: 109.93 g; Tłuszcz: 70.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 261.53 g; Węglowodany ogółem: 92.18 g; suma cukrów prostych: 84.59 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Sód: 2404.63 mg;		
niedziela 2026-06-21		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kakao b/c 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Kielbasa śląska na ciepło 60g, musztarda 20g (DWU), papryka 70g, mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: sok pomidorowy 200ml,	Rosół z makaronem razowym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), schab duszony 130g, sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza gryczana gotowana 200g (GLU Pszen), buraczki gotowane 200g, bukiet warzyw gotowany 200g, kompot 250ml, Podwieczerek: budyń b/c 150ml (BIA),	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka delikatna z fileta 40g, pomidor 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2348.02 kcal; Białko ogółem: 117.22 g; Tłuszcz: 84.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 249.13 g; Węglowodany ogółem: 107.03 g; suma cukrów prostych: 69.56 g; Błonnik pokarmowy: 45.20 g; Sód: 2902.34 mg;		
niedziela 2026-06-21		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kakao 250ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), parówka drobiowa na ciepło 60g (GLU Pszen, MIĘ, DWU), ketchup 20g, pomidor 70g, mieszanka sałat 30g,	Rosół z makaronem pszennym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), schab duszony 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), szynka delikatna z fileta 40g, pomidor 70g, dżem 30g, Posiłek nocny: jabłko 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2226.11 kcal; Białko ogółem: 97.04 g; Tłuszcz: 78.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 307.97 g; Węglowodany ogółem: 33.73 g; suma cukrów prostych: 85.82 g; Błonnik pokarmowy: 28.54 g; Sód: 2810.44 mg;		
poniedziałek 2026-06-22		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml, zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), majonez 20g (JAJ), szynka drobiowa 30g, sałatka z pomidora 70g,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński gotowany z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron pszenny gotowany 200g (GLU Pszen, JAJ), kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 40g, papryka konserwowa 50g, ser biały 50g (BIA), Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2298.74 kcal; Białko ogółem: 103.29 g; Tłuszcz: 86.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 293.35 g; Węglowodany ogółem: 28.08 g; suma cukrów prostych: 61.99 g; Błonnik pokarmowy: 19.98 g; Sód: 2812.37 mg;		
poniedziałek 2026-06-22		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sałatka z pomidora 70g, majonez 20g (JAJ), szynka drobiowa 30g, II Śniadanie: biszkopty bez cukru 30g,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński gotowany z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron razowy gotowany 200g, surówka z modrej kapusty 150g (JAJ), kompot b/c 250ml, Podwieczerek: kisiel wiśniowy bez cukru 150g,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 40g, papryka konserwowa 50g, ser biały 50g (BIA), Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml,
Wartości odżywcze: Energia : 2301.53 kcal; Białko ogółem: 93.55 g; Tłuszcz: 85.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 317.35 g; Węglowodany ogółem: 26.75 g; suma cukrów prostych: 85.43 g; Błonnik pokarmowy: 32.04 g; Sód: 2423.70 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-22		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 30g , sałatka z pomidora 70g ,	Zupa z cukinii 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński gotowany z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron pszenny gotowany 200g (GLU Pszen, JAJ), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 40g , pomidor 70g , ser biały 50g (BIA), Posiłek nocny: sok pomidorowy 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2166.17 kcal; Białko ogółem: 103.26 g; Tłuszcz: 71.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 292.90 g; Węglowodany ogółem: 26.98 g; suma cukrów prostych: 61.61 g; Błonnik pokarmowy: 19.91 g; Sód: 2615.18 mg;		
wtorek 2026-06-23		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka mielona 40g (BIA, SOJ), ogórek zielony 70g , mieszanka sałat 30g ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń rzymska pieczona 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , Surówka z białej kapusty 150g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 40g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g , Posiłek nocny: kisiel owocowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2152.97 kcal; Białko ogółem: 81.49 g; Tłuszcz: 69.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 321.26 g; Węglowodany ogółem: 30.54 g; suma cukrów prostych: 80.54 g; Błonnik pokarmowy: 24.11 g; Sód: 3507.73 mg;		
wtorek 2026-06-23		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa rozpuszalna 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , ogórek zielony 70g , mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: jabłko 1szt ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń rzymska pieczona 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , Surówka z białej kapusty 150g , kompot 250ml , jabłko 1szt , Podwieczorek: galaretką 150g ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 40g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g , Posiłek nocny: kisiel owocowy bez cukru 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1952.18 kcal; Białko ogółem: 75.42 g; Tłuszcz: 56.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 320.05 g; Węglowodany ogółem: 24.07 g; suma cukrów prostych: 82.93 g; Błonnik pokarmowy: 37.15 g; Sód: 3355.27 mg;		
wtorek 2026-06-23		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń rzymska pieczona 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , marchewka gotowana 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka bankietowa 40g (BIA, SOJ), sałatka z pomidora 70g , Posiłek nocny: kisiel owocowy 150g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2072.37 kcal; Białko ogółem: 81.99 g; Tłuszcz: 60.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 323.81 g; Węglowodany ogółem: 27.26 g; suma cukrów prostych: 80.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.88 g; Sód: 3369.01 mg;		
środa 2026-06-24		
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), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), sałatka z ogórka zielonego i kapusty pekińskiej 70g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), sztuka mięsa drobiowa smażona 130g , ziemniaki gotowane 250g , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g (BIA), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kiełbasa szynkowa 40g , ogórek konserwowy 50g (GOR), mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: jabłko 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2311.17 kcal; Białko ogółem: 91.89 g; Tłuszcz: 79.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 287.06 g; Węglowodany ogółem: 80.01 g; suma cukrów prostych: 89.02 g; Błonnik pokarmowy: 33.89 g; Sód: 3151.23 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-24		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), sałatka z ogórka zielonego i kapusty pekińskiej 70g , II Śniadanie: Arbuz 150g ,	Zupa fasolowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , brokuł gotowany 200g , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g (BIA), kompot b/c 250ml , Podwieczorek: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	herbata b/c 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g , ogórek konserwowy 50g (GOR), mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: jabłko 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1991.36 kcal; Białko ogółem: 91.73 g; Tłuszcz: 62.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 250.23 g; Węglowodany ogółem: 83.09 g; suma cukrów prostych: 53.53 g; Błonnik pokarmowy: 50.91 g; Sód: 3109.66 mg;		
środa 2026-06-24		
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), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), sałatka z pomidora 70g ,	Zupa marchewkowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g , surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 150g (BIA), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 40g , pomidor 50g , mieszanka sałat 30g , Posiłek nocny: jabłko 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2131.16 kcal; Białko ogółem: 86.58 g; Tłuszcz: 63.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 332.94 g; Węglowodany ogółem: 28.29 g; suma cukrów prostych: 83.52 g; Błonnik pokarmowy: 32.40 g; Sód: 2539.50 mg;		
czwartek 2026-06-25		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wiśniowa 40g (MIE, DWU), ogórek zielony 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), makaron pszenny 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), pasta brokułowa 70g (SEL), twarożek 30g (BIA), Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2228.43 kcal; Białko ogółem: 90.71 g; Tłuszcz: 53.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 363.33 g; Węglowodany ogółem: 27.50 g; suma cukrów prostych: 104.11 g; Błonnik pokarmowy: 22.57 g; Sód: 2815.82 mg;		
czwartek 2026-06-25		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wiśniowa 40g (MIE, DWU), ogórek konserwowy 70g (GOR), mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), makaron razowy gotowany 200g , serek waniliowy bez cukru 120g (BIA), sos truskawkowy bez cukru 150ml , kompot b/c 250ml , Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), pasta brokułowa 70g (SEL), twarożek 30g (BIA), Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2203.86 kcal; Białko ogółem: 93.51 g; Tłuszcz: 51.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 364.07 g; Węglowodany ogółem: 29.74 g; suma cukrów prostych: 102.53 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g; Sód: 3039.29 mg;		
czwartek 2026-06-25		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wiśniowa 40g (MIE, DWU), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), makaron pszenny 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), pasta brokułowa 70g (SEL), twarożek 30g (BIA), Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2228.52 kcal; Białko ogółem: 90.78 g; Tłuszcz: 54.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 363.51 g; Węglowodany ogółem: 27.51 g; suma cukrów prostych: 104.10 g; Błonnik pokarmowy: 22.96 g; Sód: 2812.94 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26		
Dieta: PODSTAWOWA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), paprykarz rybny 70g (RYB), ogórek zielony 70g, mieszanka sałat 30g,	Zupa kalafiorowa 300ml (BIA, 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), ser żółty 40g (BIA), Sałatka z pomidora i ogórka zielonego 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: kisiel wiśniowy 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 2451.35 kcal; Białko ogółem: 69.55 g; Tłuszcz: 93.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 323.53 g; Węglowodany ogółem: 65.28 g; suma cukrów prostych: 107.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.78 g; Sód: 3190.39 mg;		
piątek 2026-06-26		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), kawa z mlekiem 250ml (BIA), paprykarz rybny 70g (RYB), ogórek zielony 70g, mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	Zupa kalafiorowa 300ml (BIA, 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: Kanapka z masłem, wędliną i ogórkiem 1szt (BIA, GLU Pszen),	herbata b/c 250ml, masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), ser biały 40g (BIA), Sałatka z pomidora i ogórka zielonego 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: kisiel wiśniowy bez cukru 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 2215.04 kcal; Białko ogółem: 97.36 g; Tłuszcz: 69.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 305.19 g; Węglowodany ogółem: 60.53 g; suma cukrów prostych: 69.04 g; Błonnik pokarmowy: 44.23 g; Sód: 3250.90 mg;		
piątek 2026-06-26		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), kawa z mlekiem 250ml (BIA), zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), paprykarz rybny 70g (RYB), pomidor 70g, mieszanka sałat 30g,	Zupa kalafiorowa 300ml (BIA, 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), ser biały 40g (BIA), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: kisiel wiśniowy 150g,
Wartości odżywcze: Energia : 2324.87 kcal; Białko ogółem: 104.65 g; Tłuszcz: 59.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 333.27 g; Węglowodany ogółem: 57.64 g; suma cukrów prostych: 103.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g; Sód: 2777.71 mg;		
sobota 2026-06-27		
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), szynka luksusowa 40g, papryka 70g,	Zupa z brokułami 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne gotowane w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), ryż gotowany na sypko 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica sopocka 40g (SOJ), pomidor 50g, twaróg 50g (BIA), Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2279.73 kcal; Białko ogółem: 89.16 g; Tłuszcz: 81.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 286.73 g; Węglowodany ogółem: 61.29 g; suma cukrów prostych: 67.80 g; Błonnik pokarmowy: 23.08 g; Sód: 2700.22 mg;		
sobota 2026-06-27		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
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), szynka luksusowa 40g, pomidor 70g, II Śniadanie: gruszka 1 szt,	Zupa z brokułami 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne gotowane w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), ryż brązowy gotowany 200g, kompot b/c 250ml, Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g (BIA),	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica sopocka 40g (SOJ), pomidor 50g, twaróg 50g (BIA), Posiłek nocny: budyń śmietankowy bez cukru 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2317.71 kcal; Białko ogółem: 92.07 g; Tłuszcz: 85.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 297.12 g; Węglowodany ogółem: 64.31 g; suma cukrów prostych: 67.95 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; Sód: 2769.25 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-29		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 40g, pomidor 70g, II Śniadanie: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy gotowany 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, surówka z kapusty kiszzonej i marchwi z olejem 150g, kompot b/c 250ml, fasolka szparagowa gotowana 200g, Podwieczorek: kiwi 1szt,	herbata b/c 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka familijna 40g (BIA, SOJ), papryka konserwowa 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: twarożek naturalny 100g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2079.78 kcal; Białko ogółem: 92.08 g; Tłuszcz: 87.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 267.19 g; Węglowodany ogółem: 30.80 g; suma cukrów prostych: 34.88 g; Błonnik pokarmowy: 40.28 g; Sód: 2884.93 mg;		
poniedziałek 2026-06-29		
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 drobiowa 40g, pomidor 70g,	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), gulasz drobiowy gotowany 130g (GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki gotowane 250g, fasolka szparagowa gotowana 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka familijna 40g (BIA, SOJ), mieszanka sałat 30g, pomidor 70g, Posiłek nocny: twarożek naturalny 100g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2443.64 kcal; Białko ogółem: 104.83 g; Tłuszcz: 88.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 330.07 g; Węglowodany ogółem: 31.49 g; suma cukrów prostych: 102.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.81 g; Sód: 2524.03 mg;		
wtorek 2026-06-30		
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 tradycyjna 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, Surówka z kapusty kiszzonej 150g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), sałatka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: budyń śmietankowy 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2274.61 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 62.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 357.94 g; Węglowodany ogółem: 28.55 g; suma cukrów prostych: 125.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.65 g; Sód: 3081.42 mg;		
wtorek 2026-06-30		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 40g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 50g, mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: serek wiejski 100g,	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 b/c 250ml, Podwieczorek: jabłko 1szt,	herbata b/c 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), sałatka z pomidora 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: budyń śmietankowy bez cukru 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2035.30 kcal; Białko ogółem: 93.86 g; Tłuszcz: 76.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 234.41 g; Węglowodany ogółem: 72.99 g; suma cukrów prostych: 42.63 g; Błonnik pokarmowy: 36.32 g; Sód: 3071.99 mg;		
wtorek 2026-06-30		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem b/c 250ml (BIA), pieczywo pszenne 80g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka tradycyjna 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 150g, brokuł gotowany 100g, kompot b/c 250ml,	herbata b/c 250ml, pieczywo pszenne 80g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 40g (SOJ), sałatka z pomidora 70g, mieszanka sałat 30g, Posiłek nocny: budyń śmietankowy bez cukru 150ml (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1647.89 kcal; Białko ogółem: 79.73 g; Tłuszcz: 57.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 133.14 g; Węglowodany ogółem: 113.83 g; suma cukrów prostych: 26.68 g; Błonnik pokarmowy: 18.44 g; Sód: 2466.96 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

Dietetyk

.....