

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-01		
Dieta: PODSTAWOWA		
Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kakao 250ml (BIA), serdelki 70g, ketchup 20g, sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g,	Rosół z makaronem pszennym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), schab duszony 130g, sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, papryka konserwowa 70g, Twaróg półtłusty 50g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2183.36 kcal; Białko ogółem: 103.77 g; Tłuszcz: 83.35 g; Węglowodany ogółem: 277.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.27 g; suma cukrów prostych: 65.25 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g; Sód: 3343.44 mg;		
niedziela 2026-02-01		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kakao 250ml (BIA), serdelki 70g, ketchup 20g, sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g, II Śniadanie: Jogurt naturalny 100g (BIA),	Rosół czysty 300ml (SEL, GOR), schab duszony 130g, sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 200g, kompot 250ml, kalafior 200g, Podwieczorek: pomarańcza 1szt,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, papryka konserwowa 70g, Twaróg półtłusty 50g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2289.92 kcal; Białko ogółem: 108.20 g; Tłuszcz: 85.71 g; Węglowodany ogółem: 309.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.28 g; suma cukrów prostych: 75.97 g; Błonnik pokarmowy: 41.10 g; Sód: 3439.56 mg;		
niedziela 2026-02-01		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kakao 250ml (BIA), serdelki 70g, ketchup 20g, sałatka z pomidora i mix sałata 100g,	Rosół z makaronem pszennym 300ml (GLU, JAJ, SEL, GOR), schab duszony 130g, sos własny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 300g, buraczki gotowane 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, pomidor 70g, Twaróg półtłusty 50g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2243.88 kcal; Białko ogółem: 105.34 g; Tłuszcz: 82.66 g; Węglowodany ogółem: 293.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.14 g; suma cukrów prostych: 65.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g; Sód: 2733.19 mg;		
poniedziałek 2026-02-02		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), majonez 20g (JAJ), pomidor 70g, mieszanka sałat 30g,	Zupa grochowa z ziemniakami 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), kielbasa szynkowa 50g, Sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 70g (DWU, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2330.67 kcal; Białko ogółem: 98.35 g; Tłuszcz: 74.01 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.41 g; suma cukrów prostych: 60.34 g; Błonnik pokarmowy: 25.95 g; Sód: 3730.31 mg;		
poniedziałek 2026-02-02		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sos jogurtowy 20ml, pomidor 70g, mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: mus owocowo-warzywny,	Zupa grochowa z ziemniakami 300ml (GLU Pszen, SEL, GOR), Sos boloński z marchewką 250g (GLU Pszen, SEL, GOR), makaron razowy 200g, kompot 250ml, gruszka 1 szt, Podwieczorek: wafle ryżowe 30g,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 50g, Sałatka z ogórka konserwowego i ryżu 70g (DWU, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2087.92 kcal; Białko ogółem: 87.02 g; Tłuszcz: 50.98 g; Węglowodany ogółem: 354.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 20.99 g; suma cukrów prostych: 54.25 g; Błonnik pokarmowy: 38.77 g; Sód: 3487.59 mg;		
poniedziałek 2026-02-02		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml, zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (BIA, GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), jajko gotowane 1szt (JAJ), sos jogurtowy 20ml, pomidor 70g, mieszanka sałat 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), kielbasa szynkowa 50g, sałatka z pomidora 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2015.91 kcal; Białko ogółem: 84.61 g; Tłuszcz: 82.78 g; Węglowodany ogółem: 246.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.50 g; suma cukrów prostych: 65.10 g; Błonnik pokarmowy: 15.20 g; Sód: 1579.47 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-03		
Dieta: PODSTAWOWA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka gotowana wieprzowa 50g (GLU Pszen, SOJ), ogórek konserwowy 70g (GOR), mieszanka sałat 30g ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń ryńska 130g (GLU Pszen, JAJ), sos mleczny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , Surówka z kapusty modrej (czerwonej) 150g (JAJ), kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), krakowska parzona 50g , pasta selerowa 80g (SEL), mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2060.58 kcal; Białko ogółem: 82.55 g; Tłuszcz: 68.13 g; Węglowodany ogółem: 303.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.90 g; suma cukrów prostych: 72.59 g; Błonnik pokarmowy: 27.58 g; Sód: 3606.73 mg;		
wtorek 2026-02-03		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa rozpuszalna 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka gotowana wieprzowa 50g (GLU Pszen, SOJ), ogórek konserwowy 70g (GOR), mieszanka sałat 30g , II Śniadanie: twaróg z zieleniną 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 kapusty modrej (czerwonej) 150g (JAJ), kompot 250ml , kalafior 200g , Podwieczorek: jabłko 1szt ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), krakowska parzona 50g , pasta selerowa 80g (SEL), mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2011.37 kcal; Białko ogółem: 89.08 g; Tłuszcz: 67.75 g; Węglowodany ogółem: 299.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.19 g; suma cukrów prostych: 67.57 g; Błonnik pokarmowy: 41.75 g; Sód: 3570.14 mg;		
wtorek 2026-02-03		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka gotowana wieprzowa 50g (GLU Pszen, SOJ), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	zupa szpinakowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Pieczeń ryńska 130g (GLU Pszen, JAJ), 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), krakowska parzona 50g , pasta selerowa 80g (SEL), mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2000.02 kcal; Białko ogółem: 88.01 g; Tłuszcz: 68.12 g; Węglowodany ogółem: 285.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.24 g; suma cukrów prostych: 49.68 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g; Sód: 3404.16 mg;		
środa 2026-02-04		
Dieta: PODSTAWOWA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wieśniowa 50g (MIE, DWU), sałatka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70g ,	Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , sos pieczeniowy jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , marchewka gotowana 200g , 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), Sałatka z pomidora i ogórka zielonego 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2239.87 kcal; Białko ogółem: 91.40 g; Tłuszcz: 89.07 g; Węglowodany ogółem: 295.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.40 g; suma cukrów prostych: 64.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g; Sód: 3593.71 mg;		
środa 2026-02-04		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), polędwica wieśniowa 50g (MIE, DWU), sałatka z ogórka kiszzonego i kapusty pekińskiej 70g , II Śniadanie: Budyń śmietankowy b/c 150ml (BIA),	Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , sos pieczeniowy jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , Surówka z marchwi z natką pietruszki 150g , kompot 250ml , pomarańcza 1szt , Podwieczorek: galaretkę owocową 150ml ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka rodzinna 50g , Sałatka z pomidora i ogórka zielonego 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2074.68 kcal; Białko ogółem: 86.35 g; Tłuszcz: 73.37 g; Węglowodany ogółem: 301.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.12 g; suma cukrów prostych: 78.76 g; Błonnik pokarmowy: 36.75 g; Sód: 3641.37 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-02-04		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), połędwica wiśniowa 50g (MIE, DWU), pomidor 70g ,	Zupa pomidorowa z kaszą jaglaną 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , sos pieczeniowy jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , marchewka gotowana 200g ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka rodzinna 50g , pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2006.10 kcal; Białko ogółem: 91.37 g; Tłuszcz: 72.13 g; Węglowodany ogółem: 272.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.43 g; suma cukrów prostych: 48.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.90 g; Sód: 3375.21 mg;		
czwartek 2026-02-05		
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 , sałatka z pomidora 70g ,	Zupa warzywna z kaszą kuskus 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), kotlet dr z mięsa mielonego smażony 130g (GLU Pszen, JAJ), sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , Surówka z białej kapusty 150g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), połędwica wiśniowa 50g (MIE, DWU), pomidor 50g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2062.01 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 67.64 g; Węglowodany ogółem: 290.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.61 g; suma cukrów prostych: 56.54 g; Błonnik pokarmowy: 25.04 g; Sód: 3159.74 mg;		
czwartek 2026-02-05		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 50g , sałatka z pomidora 70g , II Śniadanie: koktajl z truskawkami 200ml (BIA),	Zupa warzywna z kaszą kuskus 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), filet z kurczaka gotowany 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , Surówka z białej kapusty 150g , jabłko 1szt , kompot 250ml ,	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), połędwica sopocka 50g (SOJ), pomidor 50g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2034.07 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 83.86 g; Węglowodany ogółem: 262.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.12 g; suma cukrów prostych: 55.14 g; Błonnik pokarmowy: 35.83 g; Sód: 2875.69 mg;		
czwartek 2026-02-05		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka luksusowa 50g , sałatka z pomidora 70g , zupa mleczna z kaszą jęczmienną 300ml (BIA, GLU Pszen),	Zupa warzywna z kaszą kuskus 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), filet z kurczaka gotowany 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , buraczki gotowane 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), połędwica sopocka 50g (SOJ), pomidor 50g , Twaróg półtłusty 50g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2004.82 kcal; Białko ogółem: 94.02 g; Tłuszcz: 65.28 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.44 g; suma cukrów prostych: 70.85 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g; Sód: 2695.70 mg;		
piątek 2026-02-06		
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), paprykarz 80g (RYB), ogórek zielony 70g , mus jabłkowy 30g ,	Barszcz czerwony 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), ryba gotowana z ziołami 130g (JAJ, 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), Twaróg z ziołami 70g (BIA), sałatka z pomidora i ogórka kiszzonego 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2180.94 kcal; Białko ogółem: 70.95 g; Tłuszcz: 84.31 g; Węglowodany ogółem: 306.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.34 g; suma cukrów prostych: 81.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g; Sód: 2912.59 mg;		
piątek 2026-02-06		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
kawa z mlekiem 250ml (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), paprykarz 100g (RYB), ogórek zielony 70g , pomidor 30g , II Śniadanie: biszkopt bez cukru 30g ,	Barszcz czerwony 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), ryba gotowana z ziołami 130g (JAJ, RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU Pszen), ziemniaki 250g , szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), kompot 250ml , Podwieczorek: kisiel 150ml bez cukru ,	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 : 2063.38 kcal; Białko ogółem: 61.37 g; Tłuszcz: 78.07 g; Węglowodany ogółem: 309.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.19 g; suma cukrów prostych: 95.66 g; Błonnik pokarmowy: 32.90 g; Sód: 2663.80 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-02-06		
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), paprykarz 80g (RYB), ogórek zielony 70g, mus jabłkowy 30g,	Barszcz czerwony 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), ryba gotowana z ziołami 130g (JAJ, RYB), sos cytrynowy 100ml (GLU Pszen), ziemniaki 250g, szpinak gotowany 200g (GLU Pszen), 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 : 2128.85 kcal; Białko ogółem: 73.90 g; Tłuszcz: 75.73 g; Węglowodany ogółem: 309.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.60 g; suma cukrów prostych: 75.34 g; Błonnik pokarmowy: 24.53 g; Sód: 2462.47 mg;		
sobota 2026-02-07		
Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml, zupa mleczna z kaszą gryczaną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, papryka konserwowa 70g,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), ryż na sypko 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Piwna 50g (DWU), sałatka z ogórka konserwowego, papryki i kukurydzy 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2070.78 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 70.77 g; Węglowodany ogółem: 310.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.03 g; suma cukrów prostych: 49.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.86 g; Sód: 2873.97 mg;		
sobota 2026-02-07		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, papryka konserwowa 70g, II Śniadanie: sok warzywny 200ml,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), ryż brązowy 200g, kompot 250ml, jabłko 1szt, Podwieczorek: serek wiejski 100g,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 50g, sałatka z ogórka konserwowego, papryki i kukurydzy 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2037.94 kcal; Białko ogółem: 73.46 g; Tłuszcz: 77.06 g; Węglowodany ogółem: 302.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.27 g; suma cukrów prostych: 51.73 g; Błonnik pokarmowy: 41.80 g; Sód: 3762.82 mg;		
sobota 2026-02-07		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml, zupa mleczna z kaszą jaglaną 300ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), filecik zapiekany 50g, pomidor 70g,	Zupa jarzynowa 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Leczo mięsno- warzywne w sosie pomidorowym 250g (MIĘ, DWU), ryż na sypko 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), kielbasa szynkowa 50g, pomidor 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2051.89 kcal; Białko ogółem: 70.73 g; Tłuszcz: 71.94 g; Węglowodany ogółem: 300.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.37 g; suma cukrów prostych: 51.43 g; Błonnik pokarmowy: 22.71 g; Sód: 2247.67 mg;		
niedziela 2026-02-08		
Dieta: PODSTAWOWA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), kakao 250ml (BIA), herbata 250ml, pasta jajeczno-selerowa 80g (BIA, JAJ, SEL), ogórek konserwowy 70g (GOR), mieszanka sałat 30g,	Rosół z kaszką manną 300ml (GLU Pszen, SEL), udko z kurczaka smażone 130g, sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 200g, kompot 250ml,	herbata 250ml, Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 50g, papryka konserwowa 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2010.22 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 74.23 g; Węglowodany ogółem: 259.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.67 g; suma cukrów prostych: 57.27 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g; Sód: 3015.08 mg;		
niedziela 2026-02-08		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
masło extra 15g (BIA), pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), kakao b/c 250ml (BIA), herbata 250ml, pasta jajeczno-selerowa 80g (BIA, JAJ, SEL), ogórek konserwowy 70g (GOR), mieszanka sałat 30g, II Śniadanie: Kanapka z masłem, wędliną i ogórkiem 1szt (BIA, GLU Pszen),	Rosół czysty 300ml (SEL), udko z kurczaka 130g, sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g, bukiet warzyw 200g, kompot 250ml, brokuł gotowany 200g, Podwieczorek: kisiel cytrynowy 150ml bez cukru,	herbata 250ml, pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 50g, papryka konserwowa 70g,
Wartości odżywcze: Energia : 2209.04 kcal; Białko ogółem: 100.23 g; Tłuszcz: 84.17 g; Węglowodany ogółem: 301.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.72 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 40.89 g; Sód: 3289.36 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-02-08 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
masło extra 15g (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), kakao 250ml (BIA), herbata 250ml , pasta jajeczno-selerowa 80g (BIA, JAJ, SEL), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	Rosół z kaszką manną 300ml (GLU Pszen, SEL), udko z kurczaka 130g , sos pomidorowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 300g , bukiet warzyw 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka drobiowa 50g , pomidor 70g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2068.72 kcal; Białko ogółem: 100.30 g; Tłuszcz: 73.58 g; Węglowodany ogółem: 274.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.54 g; suma cukrów prostych: 55.64 g; Błonnik pokarmowy: 26.18 g; Sód: 2673.08 mg;		
poniedziałek 2026-02-09 Dieta: PODSTAWOWA		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 50g (SOJ), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g ,	Żurek 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Gulasz z żołądków drobiowych 130g (BIA, GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza jęczmienna 200g (GLU Pszen), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 150g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka szkolna wieprzowa 50g (SOJ), pomidor 70g , powidła śliwkowe 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2133.28 kcal; Białko ogółem: 62.97 g; Tłuszcz: 78.54 g; Węglowodany ogółem: 313.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.61 g; suma cukrów prostych: 64.64 g; Błonnik pokarmowy: 22.59 g; Sód: 3272.95 mg;		
poniedziałek 2026-02-09 Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 50g (SOJ), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g , II Śniadanie: mus warzywny ,	Żurek 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Gulasz z żołądków drobiowych 130g (BIA, GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza jęczmienna 200g (GLU Pszen), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli 150g , brokuł gotowany 200g , kompot 250ml , Podwieczorek: Jogurt naturalny 100g (BIA),	herbata 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka szkolna wieprzowa 60g (SOJ), pomidor 70g , powidła śliwkowe 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2211.76 kcal; Białko ogółem: 79.15 g; Tłuszcz: 94.57 g; Węglowodany ogółem: 294.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.93 g; suma cukrów prostych: 60.34 g; Błonnik pokarmowy: 35.37 g; Sód: 3584.62 mg;		
poniedziałek 2026-02-09 Dieta: LEKKOSTRAWNA		
herbata 250ml , zupa mleczna z ryżem 300 ml (BIA), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), szynka zielonogórska wieprzowa 50g (SOJ), pomidor 70g , mieszanka sałat 30g ,	Zupa ziemniaczana 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Gulasz z żołądków drobiowych 130g (BIA, GLU Pszen), sos jasny 100ml (BIA, GLU Pszen), kasza jęczmienna 200g (GLU Pszen), brokuł gotowany 200g , kompot 250ml ,	herbata 250ml , Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), Szynka szkolna wieprzowa 50g (SOJ), pomidor 70g , mus jabłkowy 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2056.90 kcal; Białko ogółem: 66.97 g; Tłuszcz: 70.69 g; Węglowodany ogółem: 311.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.06 g; suma cukrów prostych: 60.48 g; Błonnik pokarmowy: 26.11 g; Sód: 2290.25 mg;		
wtorek 2026-02-10 Dieta: PODSTAWOWA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), ser żółty 50g (BIA), sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , Sos chrzanowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , Surówka z białej kapusty 150g , 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 : 2020.54 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 66.30 g; Węglowodany ogółem: 292.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.55 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g; Sód: 3652.15 mg;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WCPiT		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-02-10		
Dieta: Z OGARNICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW		
Kawa rozpuszalna 250ml , pieczywo razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), serek wiejski 100g , sałatka z ogórka kiszzonego i cebuli z natką pietruszki 100g , II Śniadanie: wafle ryżowe 30g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , Sos chrzanowy 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , kompot 250ml , buraczki gotowane 200g , Podwieczorek: sok pomidorowy 200ml ,	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 : 2064.45 kcal; Białko ogółem: 87.18 g; Tłuszcz: 78.93 g; Węglowodany ogółem: 286.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.77 g; suma cukrów prostych: 58.85 g; Błonnik pokarmowy: 37.34 g; Sód: 3862.60 mg;		
wtorek 2026-02-10		
Dieta: LEKKOSTRAWNA		
Kawa rozpuszalna 250ml , zupa mleczna z kaszką manną 300ml (BIA, GLU Pszen), Pieczywo mieszane pszenno-razowe 110g (GLU Pszen), masło extra 15g (BIA), serek wiejski 100g , pomidor 70g ,	Zupa koperkowa z ryżem 300ml (BIA, GLU Pszen, SEL, GOR), Sztuka mięsa drobiowa duszona 130g , sos naturalny 100ml (BIA, GLU Pszen), ziemniaki 250g , buraczki gotowane 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 : 2031.06 kcal; Białko ogółem: 83.75 g; Tłuszcz: 63.09 g; Węglowodany ogółem: 303.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.43 g; suma cukrów prostych: 82.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.73 g; Sód: 3072.14 mg;		

Dietetyk

.....