

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), ser żółty gouda 60.0g (MLE), pomidor 60.0g , herbata 200ml , ogórek św. 60.0g , ogórek św. 60.0g , herbata 200ml ,	Zupa grochowa z ziemniakami i kielbasą 500ml 500ml (SEL), Placki ziemniaczane po góralsku 350g (GLU, JAJ, MLE), Kompot 200ml ,	herbata 200ml , chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), kielbasa szynkowa 50.0g , marchew mini 80.0g , herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2306.97 kcal; Białko ogółem: 94.71 g; Tłuszcz: 111.69 g; Węglowodany ogółem: 241.95 g; Wapń: 3131.55 mg; Suma cukrów prostych: 18.71 g; Sód: 5532.39 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 26.89 g;		
poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: Cukrzycowa		
chleb graham 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), polędwica z piersi indyka 80.0g , sałata 0.3szt , herbata b/c 200ml , jogurt naturalny 200.0g (MLE), ser twarogowy chudy 80.0g (MLE),	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (MLE, SEL), Pierogi leniwe z serem 250g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwii tartej 100g , Kompot 200ml ,	chleb pełnoziarnisty 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), kielbasa szynkowa 70.0g , marchew mini 100.0g , herbata b/c 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2024.41 kcal; Białko ogółem: 98.05 g; Tłuszcz: 86.52 g; Węglowodany ogółem: 227.07 g; Wapń: 695.91 mg; Suma cukrów prostych: 32.13 g; Sód: 2809.63 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 21.47 g;		
poniedziałek 2025-08-04 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 120.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), poledwica z piersi kurczaka 60.0g , pomidor 60.0g , herbata 200.0g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml (MLE, SEL), Pierogi leniwe z serem 250g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z marchwii tartej 100g , Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 120.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), kielbasa szynkowa 60.0g , marchew mini 100.0g , herbata 200ml , jogurt naturalny 200.0g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2047.25 kcal; Białko ogółem: 79.55 g; Tłuszcz: 84.29 g; Węglowodany ogółem: 253.75 g; Wapń: 577.42 mg; Suma cukrów prostych: 30.42 g; Sód: 2538.47 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 20.40 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), kielbasa parówkowa 100.0g , burak czerwony gotowany 100.0g , Kawa zbożowa 200ml (GLU , MLE),	Zupa grzybowa zabelana 500ml (GLU , MLE , SEL), Ziemniaki gotowane 250g , Kotlet schabowy 100g (GLU , JAJ), Surówka z czerwonej kapusty 100g , Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), pasztetowa watrobianka 80.0g (GLU), ogórek św. 60.0g , herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2625.34 kcal; Białko ogółem: 83.50 g; Tłuszcz: 159.76 g; Węglowodany ogółem: 217.17 g; Wapń: 475.73 mg; Suma cukrów prostych: 20.65 g; Sód: 2887.57 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 38.48 g;		
wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: Cukrzycowa		
Chleb razowy100g,margaryna miękka20g,parówka drobiowa100g,carpacio100g,herbata200ml b/c 1Por (GLU , MLE), musztarda 30.0g (GOR), Chleb żytni ekstrudowany 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), poledwica z piersi kurczaka 50.0g , Kawa zbożowa 200ml (GLU , MLE),	Zupa grzybowa zabelana 500ml (GLU , MLE , SEL), ziemniaki gotowane 250.0g , Bitka ze schabu w sosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Surówka z czerwonej kapusty 100g , Kompot 200ml ,	chleb graham 100.0g (GLU), pasztetowa watrobianka 80.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), sałatka szwedzka 50.0g (GLU , MLE , SEL), herbata b/c 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2791.38 kcal; Białko ogółem: 105.93 g; Tłuszcz: 141.28 g; Węglowodany ogółem: 285.83 g; Wapń: 632.99 mg; Suma cukrów prostych: 14.31 g; Sód: 3306.98 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 35.33 g;		
wtorek 2025-08-05Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), parówka drobiowa 100.0g , burak czerwony gotowany 100.0g , musztarda 30.0g (GOR), Kawa zbożowa 200ml (GLU , MLE),	Zupa grysikowa 500ml (GLU , SEL), Ziemniaki gotowane 250g , Bitka ze schabu w sosie pieczeniowym 100/80g 100g (GLU), Mizeria 100g (MLE), Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60.0g , brokuły 60.0g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2135.63 kcal; Białko ogółem: 101.50 g; Tłuszcz: 78.55 g; Węglowodany ogółem: 271.51 g; Wapń: 516.47 mg; Suma cukrów prostych: 19.57 g; Sód: 2691.54 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 16.77 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-08-06Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), pasta kanapkowa drobiowa 100.0g , sałatka z patisona 80.0g (GOR), herbata 200ml ,	Zupa grysikowa 500ml (GLU, SEL), Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka po bretońsku 300g (GLU), Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Sałatka jarzynowa 200g (GLU, JAJ, GOR), banan 150.0g , herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2645.39 kcal; Białko ogółem: 92.09 g; Tłuszcz: 112.98 g; Węglowodany ogółem: 314.41 g; Wapń: 403.76 mg; Suma cukrów prostych: 29.29 g; Sód: 2767.61 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 14.11 g;		
środa 2025-08-06Jadłospis dla diety: Cukrzycowa		
chleb pełnoziarnisty 200.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), humus 50.0g (GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ), pasztet firmowy 40.0g (GLU, JAJ, MLE), pomidor 60.0g , herbata b/c 200ml ,	Zupa grysikowa 500ml (GLU, SEL), Ryż brązowy gotowany 250g (MLE), Sos drobiowo warzywny brokuł fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (SEL), Kompot 200ml ,	chleb żytni sitowy 100.0g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), Sałatka jarzynowa 200g (GLU, JAJ, GOR), margaryna miękka 20.0g (MLE), sałata lodowa 0.3szt , herbata b/c 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2335.93 kcal; Białko ogółem: 84.17 g; Tłuszcz: 103.24 g; Węglowodany ogółem: 273.02 g; Wapń: 423.88 mg; Suma cukrów prostych: 18.66 g; Sód: 2275.51 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 12.44 g;		
środa 2025-08-06Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), polędwica z piersi indyka 60.0g , kalafior 100.0g , herbata 200ml ,	Zupa grysikowa 500ml (GLU, SEL), Ryż biały gotowany 250g (MLE), Sos drobiowo warzywny brokuł fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g (SEL), Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Sałatka jarzynowa 200g (GLU, JAJ, GOR), sałata lodowa 0.3szt ,
Wartości odżywcze: Energia: 2279.03 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 92.99 g; Węglowodany ogółem: 267.66 g; Wapń: 295.22 mg; Suma cukrów prostych: 15.04 g; Sód: 2135.80 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 10.89 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 40.0g , brukselka 60.0g , Kawa zbożowa 200ml (GLU, MLE),	Zupa wiejska z zacierką 500ml (GLU, JAJ, SEL), Kasza mieszana z pestkami dyni 200g (GLU, MLE), Pulpeciki w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z buraczków 100g , Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Twarożek z rzodkiewka i szwaczyporkiem 100g (MLE), sałata 0.3szt , herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2484.18 kcal; Białko ogółem: 102.06 g; Tłuszcz: 91.81 g; Węglowodany ogółem: 309.79 g; Wapń: 494.82 mg; Suma cukrów prostych: 20.66 g; Sód: 2262.85 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 10.63 g;		
czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Cukrzycowa		
chleb graham 150.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 60.0g , herbata b/c 200ml , brukselka 60.0g ,	Zupa szczawiowa zabelana 500ml (JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 250g , Pulpeciki w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z buraczków 100g , Kompot 200ml ,	chleb razowy żytni 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Twarożek z rzodkiewka i szwaczyporkiem 100g (MLE), sałata lodowa 0.3szt , jabłka 120.0g , herbata b/c 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2134.33 kcal; Białko ogółem: 80.52 g; Tłuszcz: 86.42 g; Węglowodany ogółem: 253.56 g; Wapń: 339.92 mg; Suma cukrów prostych: 20.36 g; Sód: 1960.06 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 20.39 g;		
czwartek 2025-08-07 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Jajko gotowane 1szt (JAJ), szynka drobiowa 60.0g , ogórek św. 60.0g , herbata 200ml ,	Zupa szczawiowa zabelana 500ml (JAJ, MLE, SEL), Ziemniaki gotowane 250g , Pulpeciki w sosie koperkowym 150g (GLU, JAJ, MLE), Surówka z buraczków 100g , Kompot 200ml ,	Twarożek z jogurtem szwaczyporkiem 100g, pieczywo pszenno żytnie 100g, margaryna miękka 20g, herbata 200ml 1Por (GLU, MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2060.69 kcal; Białko ogółem: 76.78 g; Tłuszcz: 88.24 g; Węglowodany ogółem: 227.54 g; Wapń: 336.59 mg; Suma cukrów prostych: 20.80 g; Sód: 1761.73 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 22.16 g;		

Dietetyk

.....

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Podstawowa		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), Pasta z jaj i ryby wędzonej 100g (JAJ, RYB), ogórki kiszane 50.0g (GOR), Kawa zbożowa 200ml (GLU, MLE),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszką 500ml (MLE, SEL), Pierogi ruskie 250g (GLU, MLE), Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), dżem niskosłodzony 90.0g , jabłka 100.0g , herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2183.81 kcal; Białko ogółem: 71.01 g; Tłuszcz: 98.52 g; Węglowodany ogółem: 268.27 g; Wapń: 492.60 mg; Suma cukrów prostych: 19.76 g; Sód: 1962.89 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 28.95 g;		
piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Cukrzycowa		
chleb żytni sitowy 150.0g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEZ), margaryna miękka 40.0g (MLE), pasta z jaj i ryby wędzonej 80.0g (JAJ, RYB), ser topiony 100g 0.5szt (MLE), Kawa zbożowa 200ml (GLU, MLE), szpinak św. 30.0g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszką 500ml (MLE, SEL), Pierogi ruskie 250g (GLU, MLE), Kompot 200ml ,	chleb graham 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), ser żółty niskotłuszczowy 60.0g (MLE), marchew mini 60.0g , herbata b/c 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2509.45 kcal; Białko ogółem: 76.65 g; Tłuszcz: 123.00 g; Węglowodany ogółem: 277.35 g; Wapń: 707.04 mg; Suma cukrów prostych: 16.69 g; Sód: 2209.11 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 40.61 g;		
piątek 2025-08-08 Jadłospis dla diety: Lekkostrawna		
chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), dżem niskosłodzony 100.0g , ser twarogowy chudy 40.0g (MLE), banan 100.0g , Kawa zbożowa 200ml (GLU, MLE),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszką 500ml (MLE, SEL), Pierogi ruskie 250g (GLU, MLE), Kompot 200ml ,	chleb pszenno żytni baltonowski 100.0g (GLU), margaryna miękka 20.0g (MLE), szynka z piersi 50.0g , marchew mini 60.0g , herbata 200ml ,
Wartości odżywcze: Energia: 2010.29 kcal; Białko ogółem: 67.10 g; Tłuszcz: 78.61 g; Węglowodany ogółem: 274.24 g; Wapń: 514.92 mg; Suma cukrów prostych: 25.50 g; Sód: 1224.80 mg; Nasycone kw.tłuszcz: 25.54 g;		

Dietetyk

.....