

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser dity gouda 600g ( <i>ME</i> ), ogórek zielony 600g, herbata 200ml,	Zupa z soczewicy z makaronem 500ml ( <i>SEZ</i> ), naleniki z serem 2500g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), jogurt naturalny 1000g ( <i>ME</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 500g, marchewmini 800g, herbata 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2164.45 kcal; Bialko ogółem: 104.93 g; Tluszcz: 90.51 g; W glowodany ogółem: 241.23 g; Wap : 16476.95 mg; Suma cukrów prostych: 12.94 g; Sód: 13084.43 mg; Nasycone kwitluszcz: 21.75 g;

<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pol dwica z piersi indyka 800g, salata 0.3szt, herbata b/c 200ml,	Zupa z soczewicy z makaronem 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Pierogi leniwe z serem 250g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pelnoziarnisty 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 700g, marchewmini 1000g, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2033.60 kcal; Bialko ogółem: 93.60 g; Tluszcz: 95.66 g; W glowodany ogółem: 214.20 g; Wap : 320.79 mg; Suma cukrów prostych: 21.25 g; Sód: 2666.71 mg; Nasycone kwitluszcz: 21.83 g;

<b>poniedziałek 2026-03-16</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 600g, pomidor 600g, herbata 2000g,	Zupa z soczewicy z makaronem 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Pierogi leniwe z serem 250g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 600g, marchewmini 1000g, herbata 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2127.01 kcal; Bialko ogółem: 89.36 g; Tluszcz: 93.78 g; W glowodany ogółem: 243.40 g; Wap : 271.42 mg; Suma cukrów prostych: 22.02 g; Sód: 2425.07 mg; Nasycone kwitluszcz: 20.96 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 500g, sałatka grecka 1000g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa rosól z ry em i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAI, SEI</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet drobiowy 100g ( <i>GLU, JAI</i> ), Marchewka z grozkiemzasma ana 100g ( <i>GLU, ME</i> ), Kompotwielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztetowa watrobianka 800g ( <i>GLU</i> ), ogórek w 600g, herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2576.46 kcal; Bialko ogółem: 101.16 g; Tluszcz: 130.17 g; W glowodany ogółem: 260.34 g; Wap : 880.24 mg; Suma cukrówprostych: 19.55 g; Sód: 37476.80 mg; Nasycone kwtluszcz: 57.64 g;

wtorek 2026-03-17 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 500g, sałatka grecka 1000g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa rosól z ry em i pietruszk 500ml ( <i>ME, SEI</i> ), ziemniaki gotowane 2500g, Kotlet drobiowy 100g ( <i>GLU</i> ), Marchewka z grozkiem zasma ana 100g ( <i>GLU, ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztetowa watrobianka 800g ( <i>GLU</i> ), sałatka szwedka 500g ( <i>GLU, ME, SEI</i> ), herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2069.10 kcal; Bialko ogółem: 92.60 g; Tluszcz: 90.43 g; W glowodany ogółem: 238.75 g; Wap : 2449.54 mg; Suma cukrówprostych: 42.34 g; Sód: 40763.07 mg; Nasycone kwtluszcz: 51.02 g;

wtorek 2026-03-17 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 500g, pomidor 500g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa rosól z ry em i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAI, SEI</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Pier z kurczaka wsosie własnym 100/80g 100g ( <i>GLU</i> ), Mzeria z jogurtemi mietan 100g ( <i>ME</i> ), Kompotwielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 600g, brokuly 600g, herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2153.39 kcal; Bialko ogółem: 107.40 g; Tluszcz: 82.85 g; W glowodany ogółem: 260.04 g; Wap : 1277.76 mg; Suma cukrówprostych: 20.71 g; Sód: 37641.82 mg; Nasycone kwtluszcz: 52.55 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<p>roda 2026-03-18 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b></p>		
<p>chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i>, margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i>), pasta kanapkowa drobiowa 1000g, salatka z patisona 800g ( <i>GOR</i>, herbata 200ml,</p>	<p>Zupa flaki z majerankiem 500ml ( <i>SEJ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka po breto sku z kielbas i pomidorami 300g ( <i>GLU</i>, Kompot wieloowocowy 200ml,</p>	<p>chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i>, margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i>), Salatka makaronowa z kurczakiem 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i>, herbata 200ml,</p>
<p><b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2608.58 kcal; Bialko ogolem: 86.94 g; Tluszcz: 121.94 g; W glowodany ogolem: 281.52 g; Wap : 378.08 mg; Suma cukrowprostych: 18.80g; Sód: 2772.09 mg; Nasycone kwitluszcz: 16.17 g;</p>		
<p>roda 2026-03-18 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b></p>		
<p>chleb pelnoziamisty 2000g ( <i>GLU</i>, margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i>), paszтет firmowy 400g ( <i>GLU, JAJ, ME</i>), pomidor 600g, herbata b/c 200ml,</p>	<p>Zupa flaki z majerankiem 500ml ( <i>GLU, SEJ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka po breto sku z kielbas i pomidorami 300g ( <i>GLU</i>, Kompot wieloowocowy 200ml,</p>	<p>chleb ytni sitowy 1000g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEJ</i>), Salatka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i>, margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i>), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml,</p>
<p><b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2682.69 kcal; Bialko ogolem: 92.28 g; Tluszcz: 109.72 g; W glowodany ogolem: 339.02 g; Wap : 471.19 mg; Suma cukrowprostych: 20.90g; Sód: 3017.68 mg; Nasycone kwitluszcz: 12.50 g;</p>		
<p>roda 2026-03-18 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b></p>		
<p>chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i>, margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i>), pol dwica z piersi indyka 600g, kalaifor 1000g, herbata 200ml,</p>	<p>Zupa flaki z majerankiem 500ml ( <i>GLU, SEJ</i>), Ziemniaki gotowane 250g, Fasolka szparagowa z kielbas i pomidorami 300g ( <i>GLU</i>, Kompot wieloowocowy 200ml,</p>	<p>chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i>, margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i>), Salatka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i>, herbata 200ml,</p>
<p><b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2498.88 kcal; Bialko ogolem: 95.53 g; Tluszcz: 103.41 g; W glowodany ogolem: 295.96 g; Wap : 336.08 mg; Suma cukrowprostych: 19.11 g; Sód: 2874.08 mg; Nasycone kwitluszcz: 10.84 g;</p>		

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-19 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), szynka drobiowa 400g, brukselka 600g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>ME, SEL, GOR</i> ), Kasza gotowana mieszana jeczmiennie gryczana z pestkami dyni i soczewic 200g ( <i>GLU, ME</i> ), Pulpeciki wsosie koperkowym 150g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g ( <i>ME</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2295.75 kcal; Bialko ogolem: 90.82 g; Tluszcz: 96.52 g; W glowodany ogolem: 278.68 g; Wap : 544.30mg; Suma cukrowprostych: 22.64 g; Sód: 2340.63mg; Nasycone kwttluszcz: 16.82 g;

czwartek 2026-03-19 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb graham 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), szynka drobiowa 600g, herbata b/c 200ml, brukselka 700g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>ME, SEL, GOR</i> ), Kasza gotowana mieszana jeczmiennie gryczana z pestkami dyni i soczewic 200g ( <i>GLU, ME</i> ), Pulpeciki wsosie koperkowym 150g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy ytni 1300g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g ( <i>ME</i> ), jablka 1200g, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2374.83 kcal; Bialko ogolem: 92.90 g; Tluszcz: 96.96 g; W glowodany ogolem: 301.86 g; Wap : 392.47 mg; Suma cukrowprostych: 21.00 g; Sód: 2751.95mg; Nasycone kwttluszcz: 17.41 g;

czwartek 2026-03-19 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), szynka drobiowa 600g, ogórek w 600g, herbata 200ml,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>ME, SEL, GOR</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki wsosie koperkowym 150g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml,	Twaro ek z jogurtem szczypiorkiem 100g, pieczywo pszenno ytnie 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por ( <i>GLU, ME</i> ),

**Warto ci od ywze:** Energia: 2031.04 kcal; Bialko ogolem: 93.81 g; Tluszcz: 81.69 g; W glowodany ogolem: 240.40 g; Wap : 364.30mg; Suma cukrowprostych: 21.72 g; Sód: 2283.42mg; Nasycone kwttluszcz: 20.72 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2026-03-20 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g ( <i>JAI</i> , <i>RYB</i> ), ogórki kiszzone 500g ( <i>GOR</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU</i> , <i>ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME</i> , <i>SEZ</i> ), krokiety z kap.grzyb 2500g ( <i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>ME</i> ), Kompot wielooowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), d em niskoslodzony 900g , jablka 1000g , herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2033.92 kcal; Bialko ogolem: 60.85 g; Tluszcz: 86.24 g; W glowodany ogolem: 262.72 g; Wap : 427.04 mg; Suma cukrowprostych: 16.00 g; Sód: 1754.77 mg; Nasycone kwttluszczzo: 15.94 g;		
pi tek 2026-03-20 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 1500g ( <i>GLU</i> , <i>JAI</i> , <i>OZI</i> , <i>SOI</i> , <i>ME</i> , <i>SEZ</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), pasta z jaj i ryby wedzonej 800g ( <i>JAI</i> , <i>RYB</i> , szpinak w 300g , Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU</i> , <i>ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME</i> , <i>SEZ</i> ), Nale niki szpinakowe 250g ( <i>GLU</i> , <i>ME</i> ), Kompot wielooowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser dty niskotluszczowy 600g ( <i>ME</i> ), marchewmini 600g , herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2376.23 kcal; Bialko ogolem: 70.76 g; Tluszcz: 110.91 g; W glowodany ogolem: 277.24 g; Wap : 551.25 mg; Suma cukrowprostych: 16.19 g; Sód: 1830.68 mg; Nasycone kwttluszczzo: 33.35 g;		
pi tek 2026-03-20 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), d em niskoslodzony 1000g , banan 1000g , Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU</i> , <i>ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME</i> , <i>SEZ</i> ), Nale niki szpinakowe 250g ( <i>GLU</i> , <i>ME</i> ), Kompot wielooowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), szynka z piersi 500g , marchewmini 600g , herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2112.69 kcal; Bialko ogolem: 60.61 g; Tluszcz: 78.93 g; W glowodany ogolem: 304.91 g; Wap : 489.72 mg; Suma cukrowprostych: 24.26 g; Sód: 1210.06 mg; Nasycone kwttluszczzo: 25.45 g;		

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-21 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), serek kanapkowy 1500g ( <i>ME</i> ), pomidor 600g, herbata 200ml,	Zupa pomidorowa zabelana 500ml ( <i>JAI, ME, SE</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Bigos domowy z mi sem 300g ( <i>SOB</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml,	dleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser dity gouda 700g ( <i>ME</i> ), papryka swieza 600g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2358.09 kcal; Bialko ogolem: 110.05 g; Tluszcz: 117.30 g; W glowodany ogolem: 225.14 g; Wap : 863.81 mg; Suma cukrowprostych: 20.95 g; Sód: 3529.61 mg; Nasycone kwitluszcz: 39.44 g;

sobota 2026-03-21 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
dleb pelnoziamisty 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), Serek kanapkowy 2000g ( <i>ME</i> ), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml,	Zupa pomidorowa zabelana 500ml ( <i>JAI, ME, SE</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Bigos domowy z mi sem 300g ( <i>SOB</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml,	dleb razowy ytni 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), paszтетfirmowy 600g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), pomidor 300g, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2334.91 kcal; Bialko ogolem: 103.38 g; Tluszcz: 121.02 g; W glowodany ogolem: 222.69 g; Wap : 509.68 mg; Suma cukrowprostych: 22.57 g; Sód: 3539.93 mg; Nasycone kwitluszcz: 34.39 g;

sobota 2026-03-21 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), serek kanapkowy 2000g ( <i>ME</i> ), herbata 200ml, ogorek w 800g,	Zupa pomidorowa zabelana 500ml ( <i>JAI, ME, SE</i> ), pyzy ziemniaczane z maslem 2500g ( <i>JAI</i> ), Surówka z marchwii tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml,	dleb pszenno ytni baltonowski 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 1200g, brokuly 1500g, herbata 200ml,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2459.60 kcal; Bialko ogolem: 108.75 g; Tluszcz: 100.72 g; W glowodany ogolem: 309.10 g; Wap : 543.29 mg; Suma cukrowprostych: 23.09 g; Sód: 2822.91 mg; Nasycone kwitluszcz: 29.17 g;

**Dietyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-22 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa l ska 100Og, keczup 50Og, salatka szwecka 80Og ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ),	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka 120Og, bukiet warzyw kwiatowy 100Og, Kompot wielowocowy 200ml	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 60Og, pomidor 60Og,

**Warto ci od wzze:** Energia: 2037.30 kcal; Bialko ogólem: 100.65 g; Tluszcz: 89.74 g; W glowodany ogólem: 210.95 g; Wap : 1142.53 mg; Suma cukrów prostych: 14.30 g; Sód: 19290.32 mg; Nasycone kwitluszcz: 338.99 g;

niedziela 2026-03-22 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TŁA W O PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 150Og ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), parówka drobiowa 100Og, keczup 40Og, papryka swieza 40Og ( <i>GOR</i> ), herbata b/c 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka 120Og, bukiet warzyw kwiatowy 100Og, Kompot wielowocowy 200ml	chleb graham 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa domowa 60Og, pomidor 50Og, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od wzze:** Energia: 2171.58 kcal; Bialko ogólem: 85.55 g; Tluszcz: 104.97 g; W glowodany ogólem: 231.28 g; Wap : 1191.22 mg; Suma cukrów prostych: 13.70 g; Sód: 19110.61 mg; Nasycone kwitluszcz: 341.98 g;

niedziela 2026-03-22 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), parówka drobiowa 100Og, keczup 40Og, ogórek w 40Og, herbata 200ml,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, udko z kurczaka gotowane 120Og, bukiet warzywkwiatowy 100Og, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa domowa 60Og, pomidor 50Og, herbata 200ml,

**Warto ci od wzze:** Energia: 2116.47 kcal; Bialko ogólem: 83.89 g; Tluszcz: 103.97 g; W glowodany ogólem: 216.80 g; Wap : 1169.96 mg; Suma cukrów prostych: 17.03 g; Sód: 18877.73 mg; Nasycone kwitluszcz: 341.81 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa domowa 60Og, pomidor 60Og, herbata 200ml ,	Zupa grzybowa zabelana 500ml ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), Makaron z serem 300g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml , jogurt naturalny 100Og ( <i>ME</i> ),	dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 50Og, marchewmini 80Og, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2053.77 kcal; Bialko ogolem: 81.24 g; Tluszcz: 105.67 g; W glowodany ogolem: 197.95 g; Wap : 16019.95 mg; Suma cukrowprostych: 444.09 g; Sód: 42673.61 mg; Nasycone kwitluszcz: 619.18 g

poniedziałek 2026-03-23 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
dleb graham 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), ser twarogowy chudy 110Og ( <i>ME</i> ), salata 0.3szt, herbata b/c 200ml ,	Zupa grzybowa zabelana 500ml ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), Makaron z serem 300g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), jogurt naturalny 120Og ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	dleb pelnoziamisty 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 70Og, marchewmini 100Og, herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2002.15 kcal; Bialko ogolem: 98.77 g; Tluszcz: 96.09 g; W glowodany ogolem: 192.20 g; Wap : 28212.35 mg; Suma cukrowprostych: 866.57 g; Sód: 12594.67 mg; Nasycone kwitluszcz: 181.90 g

poniedziałek 2026-03-23 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 120Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 60Og, pomidor 60Og, herbata 200Og ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Makaron z serem 300g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), jogurt naturalny 100Og ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 120Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 60Og, marchewmini 100Og, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 1985.27 kcal; Bialko ogolem: 91.47 g; Tluszcz: 77.74 g; W glowodany ogolem: 243.17 g; Wap : 15657.33 mg; Suma cukrowprostych: 444.12 g; Sód: 7749.80 mg; Nasycone kwitluszcz: 125.14 g

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-24 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa parówkowa 1000g, burak czerwony gotowany 500g, sos belgijski 300g ( <i>GOR</i> , Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa rosól z grysikiem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Kotlet mielony 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kapusta zasma ana 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztet drobiowy 650g ( <i>GLU</i> ), ogórek w 600g, herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2600.24 kcal; Bialko ogólem: 92.94 g; Tluszcz: 136.79 g; W glowodany ogólem: 259.12 g; Wap : 460.91 mg; Suma cukrów prostych: 18.53 g; Sód: 3108.48 mg; Nasycone kw tluszcz: 27.80 g;

wtorek 2026-03-24 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
Chleb razowy 100g, margaryna mi kka 20g, parówka drobiowa 100g, carpaccio 100g, herbata 200ml b/c 1Por ( <i>GLU, ME</i> ), sos belgijski 300g ( <i>GOR</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemiakami 500ml ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), ziemniaki gotowane 250g, Kotlet mielony 100g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Kapusta zasma ana 100g ( <i>GLU, ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasztetowa watrobianka 800g ( <i>GLU</i> ), salatka szwedcka 500g ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2497.06 kcal; Bialko ogólem: 81.25 g; Tluszcz: 149.80 g; W glowodany ogólem: 216.04 g; Wap : 568.56 mg; Suma cukrów prostych: 13.85 g; Sód: 2846.52 mg; Nasycone kw tluszcz: 37.07 g;

wtorek 2026-03-24 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), parówka drobiowa 1000g, burak czerwony gotowany 500g, sos belgijski 300g ( <i>GOR</i> , Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemiakami 500ml ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Sztuka mi sa gotwana 100g ( <i>GLU</i> ), Mzeria z jogurtem i mietan 100g ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 600g, brokuly 600g, herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2114.16 kcal; Bialko ogólem: 92.98 g; Tluszcz: 92.89 g; W glowodany ogólem: 242.26 g; Wap : 555.34 mg; Suma cukrów prostych: 19.55 g; Sód: 2768.55 mg; Nasycone kw tluszcz: 25.14 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
roda 2026-03-25 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), kielbasa domowa 500g , salátka z patisona 800g ( <i>GOR</i> , herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabielana 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , Got bki z mi semi sosem pomidorowym 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Salátka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2091.75 kcal; Bialko ogólem: 57.36 g; Tluszcz: 93.95 g; W glowodany ogólem: 241.63 g; Wap : 296.79 mg; Suma cukrówprostych: 17.40 g; Sód: 1847.23 mg; Nasycone kwttluszczzo: 18.41 g		
roda 2026-03-25 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziarnisty 2000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), humus 500g ( <i>GLU, OZI, ORZ, GOR, SEZ</i> ), pasztet firmowy 400g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), pomidor 600g , herbata b/c 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabielana 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , Got bki z mi semi sosem pomidorowym 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb ytni sitowy 1000g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, MLE, SEZ</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Salátka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2278.81 kcal; Bialko ogólem: 63.71 g; Tluszcz: 94.98 g; W glowodany ogólem: 294.00 g; Wap : 460.51 mg; Suma cukrówprostych: 19.50 g; Sód: 2210.71 mg; Nasycone kwttluszczzo: 16.10 g		
roda 2026-03-25 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1100g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), pol dwica z piersi indyka 600g , kalafior 1000g , herbata 200ml ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami i koperkiem zabielana 500ml ( <i>MLE, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g , Got bki z mi semi sosem pomidorowym 300g , Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Salátka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), salata lodowa 0.3szt , herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2014.62 kcal; Bialko ogólem: 64.06 g; Tluszcz: 82.50 g; W glowodany ogólem: 250.02 g; Wap : 1877.01 mg; Suma cukrówprostych: 126.72 g; Sód: 44642.50 mg; Nasycone kwttluszczzo: 43.87 g		

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-26 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), ser dity gouda 50Og ( <i>ME</i> ), brukselka 60Og, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa kapu niak z kiszonej kapusty ziemniakami kielbas majerankiem 500ml ( <i>SE</i> ), Kaszotto z miesemi warzywami 300g ( <i>GLU, ME, SE</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml , banan 100Og,	dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Serek kremowy z makrel wporridorach 100g ( <i>ME</i> ), salata 03szt, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2312.96 kcal; Bialko ogolem: 96.50g; Tluszcz: 114.74g; W glowodany ogolem: 233.68g; Wap : 840.81 mg; Suma cukrowprostych: 22.47g; Sód: 2698.88mg; Nasycone kwitluszcz: 35.67g;

czwartek 2026-03-26 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRYZYWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
dleb graham 150Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), szynka drobiowa 60Og, brukselka 60Og, herbata b/c 200ml ,	Zupa kapu niak z kiszonej kapusty ziemniakami kielbas majerankiem 500ml ( <i>SE</i> ), Kaszotto z miesemi warzywami 300g ( <i>GLU, ME, SE</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml ,	dleb razowy ytni 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Serek z chrzanem 100g ( <i>ME</i> ), herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2242.08 kcal; Bialko ogolem: 100.98g; Tluszcz: 114.45g; W glowodany ogolem: 215.68g; Wap : 304.05 mg; Suma cukrowprostych: 10.45g; Sód: 2864.65 mg; Nasycone kwitluszcz: 32.14g;

czwartek 2026-03-26 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), szynka drobiowa 60Og, ogorek w 60Og, herbata 200ml ,	Zupa wiosenna z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>JAJ, ME, SE</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Pulpeciki wsosie koperkowym 150g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), Surówka z buraczkówz olejem rzepakowym 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	pieczywo pszenno ytnie 100g, serek z chrzanem 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por ( <i>GLU, ME</i> ),

**Warto ci od ywze:** Energia: 2075.09 kcal; Bialko ogolem: 99.46g; Tluszcz: 88.55g; W glowodany ogolem: 228.78g; Wap : 360.40mg; Suma cukrowprostych: 20.80g; Sód: 1762.77mg; Nasycone kwitluszcz: 22.16g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 2026-03-27 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), melonka królewska 500g, pomidor 600g, herbata 200ml ,	Zupa szczawiowa zabieleniana 500ml ( <i>JAI, ME, SE</i> ), Placki twarogowe z musem truskawkowym 350g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), marchewmini 800g, herbata 200ml, ser twarogowy chudy z szczypiorkiem 500g ( <i>ME</i> ),

**Warto ci od ywze:** Energia: 2138.69 kcal; Bialko ogółem: 71.93 g; Tluszcz: 111.76 g; W glowodany ogółem: 220.10 g; Wap : 379.70 mg; Suma cukrów prostych: 19.70 g; Sód: 1491.20 mg; Nasycone kwitluszcz: 23.74 g;

pi tek 2026-03-27 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser twarogowy 1000g ( <i>ME</i> ), salata 0.3szt, jogurt naturalny 2000g ( <i>ME</i> ), herbata b/c 200ml ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, JAI, ME, SE</i> ), Pierogi leniwe z serem 250g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), Surówka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pelnoziarnisty 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 700g, marchewmini 1000g, herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2062.26 kcal; Bialko ogółem: 98.65 g; Tluszcz: 90.14 g; W glowodany ogółem: 227.55 g; Wap : 793.89 mg; Suma cukrów prostych: 29.53 g; Sód: 1968.95 mg; Nasycone kwitluszcz: 20.20 g;

pi tek 2026-03-27 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 600g, pomidor 600g, herbata 2000g ,	Zupa ziemniaczanka z majerankiem 500ml ( <i>ME, SE</i> ), Pierogi leniwe z serem 250g ( <i>GLU, JAI, ME</i> ), Surówka z marchwi tartej z olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 600g, marchewmini 1000g, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2127.01 kcal; Bialko ogółem: 89.36 g; Tluszcz: 93.78 g; W glowodany ogółem: 243.40 g; Wap : 271.42 mg; Suma cukrów prostych: 22.02 g; Sód: 2425.07 mg; Nasycone kwitluszcz: 20.96 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 50Og , bukiet warzyw kwiatowy 80Og , herbata 200ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), krokiety z farszem miesnym 120Og ( <i>GLU, JAJ,</i> <i>ME</i> ), krokiety z kap.grzyb 180Og ( <i>GLU, JAJ,</i> <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), ser oty gouda 60Og ( <i>ME</i> ), ogórki kiszone 40Og ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2022.34 kcal; Bialko ogółem: 76.00g; Tłuszcz: 91.63g; W glowodany ogółem: 225.33g; Wap : 596.97mg; Suma cukrów prostych: 11.33g; Sód: 2165.74mg; Nasycone kwttłuszcz: 15.17g

<b>sobota 2026-03-28</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TŁA W O PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziamisty 150Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 50Og , bukiet warzywkwiatowy 100Og , herbata 200ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, JAJ,</i> <i>ME, SEZ</i> ), Makaron razowy gotowany 250g ( <i>GLU, JAJ</i> ), Sos drobiowo warzywny brokul fasolka szparagowa dynia włoszczyzna 200g ( <i>SEZ</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb razowy ytni 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 50Og , ogórki kiszone 40Og ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2107.82 kcal; Bialko ogółem: 98.73g; Tłuszcz: 59.02g; W glowodany ogółem: 313.27g; Wap : 345.80mg; Suma cukrów prostych: 15.09g; Sód: 2534.63mg; Nasycone kwttłuszcz: 13.39g

<b>sobota 2026-03-28</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 110Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 60Og , bukiet warzywkwiatowy 80Og , jablko 150Og , herbata 200ml ,	Zupa krupnik z ziemniakami 500ml ( <i>GLU, JAJ,</i> <i>SEZ</i> ), Makaron pszenny gotowany 250g ( <i>GLU,</i> <i>JAJ</i> ), Sos drobiowo warzywny brokul szparagowa dynia włoszczyzna 200g ( <i>SEZ</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60Og , mix salat 50Og , herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2026.39 kcal; Bialko ogółem: 109.12g; Tłuszcz: 56.27g; W glowodany ogółem: 281.99g; Wap : 245.09mg; Suma cukrów prostych: 23.69g; Sód: 2425.38mg; Nasycone kwttłuszcz: 9.77g

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>nieдіeła 2026-03-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), kielbasa parówkowa 1000g, sos amerykański 400g, pomidor 500g, herbata 200ml,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Klopsy pieczone w sosie 1100g, Warzywa na parze 1000g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna miękka 200g ( <i>MLF</i> ), ser półtwardy gouda 500g ( <i>MLF</i> ), sałatka z patisona 600g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml,

**Wartości odżywcze:** Energia: 2073.18 kcal; Białko ogółem: 87.10g; Tłuszcz: 97.32g; Węglowodany ogółem: 212.02g; Wapń: 530.60mg; Suma cukrów prostych: 16.94g; Sód: 2805.44mg; Nasycone kwasy tłuszczowe: 28.21g

<b>nieдіeła 2026-03-29</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
chleb pełnoziarnisty 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna miękka 300g ( <i>MLF</i> ), parówka drobiowa 1000g, sos amerykański 400g, mix sałat 500g, herbata białka 200ml,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Klopsy pieczone w sosie 1000g, bukiet warzyw kwiatowy 1000g, Kompot wielowocowy 200ml	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna miękka 200g ( <i>MLF</i> ), polędwica luksusowa 500g, sałatka z patisona 500g ( <i>GOR</i> ), herbata białka 200ml,

**Wartości odżywcze:** Energia: 2032.71 kcal; Białko ogółem: 83.62g; Tłuszcz: 94.88g; Węglowodany ogółem: 215.81g; Wapń: 260.35mg; Suma cukrów prostych: 15.09g; Sód: 2464.75mg; Nasycone kwasy tłuszczowe: 20.54g

<b>nieдіeła 2026-03-29</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna miękka 200g ( <i>MLF</i> ), parówka drobiowa 1000g, sos amerykański 400g, mix sałat 400g, herbata 200ml,	Zupa rosół z makaronem i pietruszką 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Zrazy gotowane w sosie 1300g, warzywa na parze 1000g, Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna miękka 500g ( <i>MLF</i> ), polędwica luksusowa 500g, ogórek kiszony 500g, herbata 200ml,

**Wartości odżywcze:** Energia: 2136.90 kcal; Białko ogółem: 86.63g; Tłuszcz: 104.76g; Węglowodany ogółem: 216.99g; Wapń: 207.32mg; Suma cukrów prostych: 16.99g; Sód: 2398.19mg; Nasycone kwasy tłuszczowe: 21.23g

**Dietyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), paszтет firmowy 75.Og ( <i>GLU, JAU, ME</i> ), ogórek zielony 60Og, herbata 200ml ,	Zupa grochowa z ziemniakami i kielbas 500ml 500ml ( <i>SEZ</i> ), nale niki z serem 250Og ( <i>GLU, JAU, ME</i> ), jogurt naturalny 100Og ( <i>ME</i> ), Kompot wielooowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 60Og, marchewmini 100Og , herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2013.16 kcal; Bialko ogółem: 83.32 g; Tłuszcz: 72.76 g; W glowodany ogółem: 266.09 g; Wap : 10428.59mg; Suma cukrówprostych: 20.38g; Sód: 98860.01 mg; Nasycone kwitłuszczo: 800.85g;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWOPRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
dleb graham 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), pol dwica z piersi indyka 80Og, salata 0.3szt, herbata b/c 200ml ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ry z miesemi warzywami 300g ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), Kompot wielooowocowy 200ml ,	dleb pelnoziamisty 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 70Og, marchewmini 100Og, herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2234.00 kcal; Bialko ogółem: 94.23 g; Tłuszcz: 124.53 g; W glowodany ogółem: 193.92 g; Wap : 295.28 mg; Suma cukrówprostych: 10.75 g; Sód: 3257.07 mg; Nasycone kwitłuszczo: 42.92 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-30</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 120Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), poledwica z piersi kurczaka 60Og, pomidor 60Og , herbata 200Og ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 500ml ( <i>ME, SEZ</i> ), Ry z miesemi warzywami 300g ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), Kompot wielooowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 120Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa szynkowa 60Og, marchewmini 100Og , herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ycze:</b> Energia: 2327.40 kcal; Bialko ogółem: 89.98 g; Tłuszcz: 122.65 g; W glowodany ogółem: 223.13 g; Wap : 245.91 mg; Suma cukrówprostych: 11.52 g; Sód: 3015.44 mg; Nasycone kwitłuszczo: 42.05 g;		

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-31 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa parówkowa 100Og, burak czerwony z chrzanem 100Og, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa rosół z piekmiennami i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEL</i> ), kopytka 200Og ( <i>GLU, JAJ</i> ), Piecze rzymska 100g ( <i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i> ), Sos pieczarkowy 100g ( <i>GLU, ME</i> ), Surówka wielowarzywna z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), ser twarogowy chudy 50Og ( <i>ME</i> ), ogórek w 60Og, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywce:** Energia: 2599.02 kcal; Bialko ogółem: 100.98 g; Tłuszcz: 129.23 g; W glowodany ogółem: 263.43 g; Wap : 495.08 mg; Suma cukrów prostych: 22.34 g; Sód: 2151.15 mg; Nasycone kwitłuszcz: 27.22 g;

wtorek 2026-03-31 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
Chleb razowy100g, margaryna mi kka20g, parówka drobiowa100g, carpaccio100g, herbata200ml b/c 1Por ( <i>GLU, ME</i> ), musztarda 30Og ( <i>GOR</i> ), poledwica z piersi kurczaka 50Og, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa warzywna 500ml ( <i>ME, SEL</i> ), ziemniaki gotowane 250Og, Piecze rzymska 100g ( <i>GLU, JAJ, SEL, GOR</i> ), Sos pieczarkowy 100g ( <i>GLU, ME</i> ), Surówka z czerwonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), pasztetowa watrobianka 80Og ( <i>GLU</i> ), salatka szwedcka 50Og ( <i>GLU, ME, SEL</i> ), herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ywce:** Energia: 2354.83 kcal; Bialko ogółem: 95.09 g; Tłuszcz: 130.17 g; W glowodany ogółem: 219.64 g; Wap : 653.79 mg; Suma cukrów prostych: 16.81 g; Sód: 2882.34 mg; Nasycone kwitłuszcz: 32.45 g;

wtorek 2026-03-31 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), parówka drobiowa 100Og, burak czerwony gotowany 100Og, musztarda 30Og ( <i>GOR</i> ), Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa warzywna 500ml ( <i>GLU, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Pier z kurczaka wsosie własnym 100/80g 100g ( <i>GLU</i> ), Mizeria z jogurtem i mietan 100g ( <i>ME</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), kielbasa delikatesowa z kurczaka 60Og, brokuly 60Og, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywce:** Energia: 2149.64 kcal; Bialko ogółem: 102.04 g; Tłuszcz: 78.67 g; W glowodany ogółem: 274.82 g; Wap : 516.51 mg; Suma cukrów prostych: 21.57 g; Sód: 2691.56 mg; Nasycone kwitłuszcz: 16.77 g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
roda 2026-04-01 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 100Og, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ), salatka z patisona 80Og ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,	Zupa fasolowa z ziemiakami 500ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g , Jajko sadzone 2szt ( <i>JAJ</i> ), kalafior 100Og, Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Salatka makaronowa z kurczakiem i warzywami 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), szynka drobiowa 50Og , herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2302.53 kcal; Bialko ogolem: 89.27 g; Tluszcz: 103.50g; W glowodany ogolem: 239.94g; Wap : 427.74 mg; Suma cukrowprostych: 17.72g; Sód: 2329.18mg; Nasycone kwttluszcz: 15.38g;		
roda 2026-04-01 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb pelnoziarnisty 200Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), paszтет firmowy 40Og ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), pomidor 60Og, herbata b/c 200ml ,	Zupa grysikowa 500ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Jajko sadzone 2szt ( <i>JAJ</i> ), kalafior 100Og, Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb ytni sitowy 100Og ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Salatka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2246.59 kcal; Bialko ogolem: 80.06 g; Tluszcz: 91.53 g; W glowodany ogolem: 278.79 g; Wap : 325.15 mg; Suma cukrowprostych: 17.62 g; Sód: 2173.54 mg; Nasycone kwttluszcz: 12.29 g;		
roda 2026-04-01 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), pol dwica z piersi indyka 60Og, kalafior 100Og, herbata 200ml ,	Zupa grysikowa 500ml ( <i>GLU, SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Jajko gotwane na parze 2szt ( <i>JAJ</i> ), Kompot wieloowocowy 200ml, kalafior 100Og,	chleb pszenno ytni baltonowski 100Og ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 20Og ( <i>ME</i> ), Salatka jarzynowa 200g ( <i>GLU, JAJ, GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2062.77 kcal; Bialko ogolem: 83.32 g; Tluszcz: 85.22 g; W glowodany ogolem: 235.72 g; Wap : 190.05 mg; Suma cukrowprostych: 15.84 g; Sód: 2029.93 mg; Nasycone kwttluszcz: 10.63 g;		

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
śniadanie II śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-02 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), serek kanapkowy z rzodkiewk 500g ( <i>MLE</i> ), brukselka 600g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, MLE</i> ),	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), Ry biały gotowany 250g ( <i>MLE</i> ), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem białym 130g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb pszenno żytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), kielbasa domowa 500g, ogórek w 500g, herbata 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2142.64 kcal; Białko ogółem: 80.99g; Tłuszcz: 100.28g; W glowodany ogółem: 234.87g; Wap : 490.73mg; Suma cukrów prostych: 17.15g; Sód: 2092.73mg; Nasycone kw tłuszczo: 27.98g;

czwartek 2026-04-02 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
chleb graham 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), szynka drobiowa 600g, herbata b/c 200ml, brukselka 700g,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), Ry br zowy gotowany 250g ( <i>MLE</i> ), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem białym 130g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	chleb razowy żytni 1300g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Twaro ek z rzodkiewka i szczypiorkiem 100g ( <i>MLE</i> ), jabłka 1200g, herbata b/c 200ml,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2018.55 kcal; Białko ogółem: 83.23g; Tłuszcz: 95.96g; W glowodany ogółem: 220.12g; Wap : 388.27mg; Suma cukrów prostych: 16.15g; Sód: 2494.86mg; Nasycone kw tłuszczo: 25.21g;

czwartek 2026-04-02 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno żytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>MLE</i> ), Jajko gotowane 1szt ( <i>JAJ</i> ), szynka drobiowa 600g, ogórek w 600g, herbata 200ml,	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabelana 500ml ( <i>MLE, SEL, GOR</i> ), Ry biały gotowany 250g ( <i>MLE</i> ), Potrawka z kurczaka z warzywami z sosem białym 169g ( <i>GLU, JAJ, MLE</i> ), Kompot wielowocowy 200ml,	Twaro ek z jogurtem szczypiorkiem 100g, pieczywo pszenno żytnie 100g, margaryna mi kka 20g, herbata 200ml 1Por ( <i>GLU, MLE</i> ),

**Warto ci od ycze:** Energia: 2297.42 kcal; Białko ogółem: 101.94g; Tłuszcz: 108.53g; W glowodany ogółem: 233.85g; Wap : 396.28mg; Suma cukrów prostych: 16.75g; Sód: 2291.65mg; Nasycone kw tłuszczo: 32.10g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
pi tek 20260403 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), Pasta z jaj i ryby wedzonej 100g ( <i>JAI, RYB</i> ), ogórki kiszone 500g ( <i>GOR</i> ), Kakao 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Kotletrybny 100g ( <i>GLU, JAI</i> ), Surówka z kiszonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), d em niskoslodzony 900g , jablka 1000g , herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2286.83 kcal; Bialko ogolem: 75.86 g; Tluszcz: 110.15 g; W glowodany ogolem: 263.48 g; Wap : 484.47 mg; Suma cukrowprostych: 18.89g; Sód: 2203.08mg; Nasycone kwitluszcz: 19.30g;

pi tek 20260403 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM TŁUSTW PRZYSWAJALNYCH W GŁOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 1500g ( <i>GLU, JAI, OZI, SOI, ME, SEL</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), pasta z jaj i ryby wedzonej 800g ( <i>JAI, RYB</i> ), szpinak w 300g, Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Kotletrybny 100g ( <i>GLU, JAI</i> ), Surówka z kiszonej kapusty z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), ser dty niskotluszczowy 600g ( <i>ME</i> ), marchewmini 600g , herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2355.06 kcal; Bialko ogolem: 75.02 g; Tluszcz: 122.07 g; W glowodany ogolem: 243.67 g; Wap : 533.76 mg; Suma cukrowprostych: 15.31 g; Sód: 2070.86 mg; Nasycone kwitluszcz: 23.70g;

pi tek 20260403 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), d em niskoslodzony 1000g , banan 1000g , Kawa zbo owa 200ml ( <i>GLU, ME</i> ),	Zupa jarzynowa z ziemniakami zabelana z pietruszk 500ml ( <i>ME, SEL</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Klopsy rybne 100g ( <i>GLU, JAI, ME, SEL, GOR</i> ), Surówka z pekinki z marchewk i olejem rzepakowym 100g, Kompot wielowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), szynkówka gotowana 700g, marchewmini 600g , herbata 200ml ,

**Warto ci od ycze:** Energia: 2005.72 kcal; Bialko ogolem: 65.39 g; Tluszcz: 80.70 g; W glowodany ogolem: 270.70 g; Wap : 811.00 mg; Suma cukrowprostych: 24.44 g; Sód: 44288.65 mg; Nasycone kwitluszcz: 125.03g;

**Dietetyk**

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 20260404</b> <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa krakowska sucha 500g, pomidor 600g, herbata 200ml ,	Zupa ry owa z pietruszk 500ml ( <i>SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Leczo z kielbas cukini papryk pomidorami pieczarkami 300g, Kompot wielowocowy 200ml, mandarynka 1000g,	dleb pszenno ytni baltonowski 1200g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), paprykarz rybny z dorsza z ry em 500g ( <i>RYB, SEZ</i> ), papryka swieza 600g ( <i>GOR</i> ), herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2050.88 kcal; Bialko ogolem: 75.30 g; Tluszcz: 93.32 g; W glowodany ogolem: 237.08 g; Wap : 210.41 mg; Suma cukrowprostych: 13.73 g; Sod: 2464.57 mg; Nasycone kwitluszczzo: 15.03 g;		
<b>sobota 20260404</b> <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEMŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
dleb pelnoziamisty 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 400g ( <i>ME</i> ), Serek kanapkowy 2000g ( <i>ME</i> ), salata lodowa 0.3szt, herbata b/c 200ml ,	Zupa ry owa 500ml ( <i>JAJ, ME, SEZ</i> ), Ziemniaki gotwane 250g, Leczo z kielbas cukini papryk pomidorami pieczarkami 300g, Kompot wielowocowy 200ml ,	dleb razowy ytni 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), paszтетfirmowy 600g ( <i>GLU, JAJ, ME</i> ), pomidor 300g, herbata b/c 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2257.69 kcal; Bialko ogolem: 90.84 g; Tluszcz: 117.28 g; W glowodany ogolem: 223.20 g; Wap : 488.62 mg; Suma cukrowprostych: 21.45 g; Sod: 2938.46 mg; Nasycone kwitluszczzo: 26.60 g;		
<b>sobota 20260404</b> <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
dleb pszenno ytni baltonowski 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), serek kanapkowy 2000g ( <i>ME</i> ), herbata 200ml , ogorek w 800g,	Zupa ry owa z pietruszk 500ml ( <i>SEZ</i> ), sos z kurczakiem pomidorami 2500g ( <i>JAJ</i> ), Kompot wielowocowy 200ml ,	dleb pszenno ytni baltonowski 1500g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), pasta kanapkowa drobiowa 1200g, brokuly 1500g, herbata 200ml ,
<b>Warto ci od ywze:</b> Energia: 2233.74 kcal; Bialko ogolem: 101.71 g; Tluszcz: 80.83 g; W glowodany ogolem: 303.23 g; Wap : 455.30 mg; Suma cukrowprostych: 21.76 g; Sod: 2560.80 mg; Nasycone kwitluszczzo: 20.57 g;		

Dietetyk

.....

### Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: DCLU		
niadanie II niadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-05 <b>Jadłospis dla diety: Podstawowa</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa I ska 1000g, keczup 500g, salatka szwedcka 800g ( <i>GLU, ME, SEZ</i> ), herbata 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g ( <i>GLU</i> ), burak czerwony gotowany 1000g, Kompot wieloowocowy 200ml	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), salceson w galarecie 600g, pomidor 600g, herbata 200ml

**Warto ci od ywze:** Energia: 2251.74 kcal; Bialko ogólem: 108.29g; Tluszcz: 103.87g; W glowodany ogólem: 229.08g; Wap : 224.07mg; Suma cukrów prostych: 25.09g; Sód: 3020.54mg; Nasycone kvttluszcz: 23.15g;

niedziela 2026-04-05 <b>Jadłospis dla diety: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH W GLOWODANÓW</b>		
chleb ytni sitowy 1500g ( <i>GLU, JAJ, OZI, SOI, ME, SEZ</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), parówa drobiowa 1000g, keczup 400g, papryka swieza 400g ( <i>GOR</i> ), herbata b/c 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z cebulk 130g ( <i>GLU</i> ), Surówa z pekinki 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb graham 1000g ( <i>GLU</i> ), margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa domowa 600g, pomidor 500g, herbata b/c 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2454.77 kcal; Bialko ogólem: 93.06g; Tluszcz: 128.18g; W glowodany ogólem: 246.45g; Wap : 287.75mg; Suma cukrów prostych: 16.99g; Sód: 2947.33mg; Nasycone kvttluszcz: 26.91g;

niedziela 2026-04-05 <b>Jadłospis dla diety: Lekkostrawna</b>		
chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), parówa drobiowa 1000g, keczup 400g, ogórek w 400g, herbata 200ml ,	Zupa rosól z makaronem i pietruszk 500ml ( <i>GLU, JAJ, SEZ</i> ), Ziemniaki gotowane 250g, Stek z szynki 130g ( <i>GLU</i> ), Surówa z pekinki 100g, Kompot wieloowocowy 200ml ,	chleb pszenno ytni baltonowski 1000g ( <i>GLU</i> , margaryna mi kka 200g ( <i>ME</i> ), kielbasa domowa 600g, pomidor 500g, herbata 200ml ,

**Warto ci od ywze:** Energia: 2353.54 kcal; Bialko ogólem: 90.99g; Tluszcz: 122.69g; W glowodany ogólem: 231.52g; Wap : 248.79mg; Suma cukrów prostych: 18.03g; Sód: 2733.23mg; Nasycone kvttluszcz: 26.25g;

**Dietetyk**

.....