

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-23		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 250g, Warzywa po chińsku 100g (SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Surówka z kapusty białej z marchewką 100g (SEL), Podwieczorek: Koktajl porzeczkowy na maślanec 200g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Galaretko drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2690.94 kcal; Białko ogółem: 78.60 g; Tłuszcz: 87.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.17 g; Węglowodany ogółem: 425.47 g; suma cukrów prostych: 66.30 g; Błonnik pokarmowy: 36.07 g;		
poniedziałek 2026-03-23		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANSKA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 250g, Warzywa po chińsku 100g (SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Surówka z kapusty białej z marchewką 100g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2547.56 kcal; Białko ogółem: 58.47 g; Tłuszcz: 86.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.19 g; Węglowodany ogółem: 410.28 g; suma cukrów prostych: 46.80 g; Błonnik pokarmowy: 33.30 g;		
poniedziałek 2026-03-23		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g, Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 250g, Warzywa po chińsku 100g (SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Surówka z kapusty białej z marchewką 100g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1997.29 kcal; Białko ogółem: 42.50 g; Tłuszcz: 74.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.93 g; Węglowodany ogółem: 315.16 g; suma cukrów prostych: 20.18 g; Błonnik pokarmowy: 30.11 g;		
poniedziałek 2026-03-23		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztet z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sypko 250g, Warzywa po chińsku 100g (SOJ, SEL), Kompot owocowy 250ml, Surówka z kapusty białej z marchewką 100g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Galaretko drobiowa 100g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2059.08 kcal; Białko ogółem: 57.76 g; Tłuszcz: 74.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.46 g; Węglowodany ogółem: 312.49 g; suma cukrów prostych: 27.93 g; Błonnik pokarmowy: 28.73 g;		
wtorek 2026-03-24		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Gruszka 1szt,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kapusta czerwona na ciepło 100g (GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2321.47 kcal; Białko ogółem: 93.83 g; Tłuszcz: 81.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 325.26 g; suma cukrów prostych: 37.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-24		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kapusta czerwona na ciepło 100g (GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2320.25 kcal; Białko ogółem: 93.81 g; Tłuszcz: 81.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 324.94 g; suma cukrów prostych: 37.69 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;		
wtorek 2026-03-24		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kapusta czerwona na ciepło 100g (GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2418.12 kcal; Białko ogółem: 114.46 g; Tłuszcz: 84.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.06 g; Węglowodany ogółem: 326.93 g; suma cukrów prostych: 47.26 g; Błonnik pokarmowy: 29.90 g;		
wtorek 2026-03-24		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka królewska z indyka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Cukinia parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2276.62 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 77.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 321.73 g; suma cukrów prostych: 36.73 g; Błonnik pokarmowy: 19.99 g;		
wtorek 2026-03-24		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kapusta czerwona na ciepło 100g (GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2359.27 kcal; Białko ogółem: 93.92 g; Tłuszcz: 81.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.34 g; Węglowodany ogółem: 334.26 g; suma cukrów prostych: 39.66 g; Błonnik pokarmowy: 24.71 g;		
wtorek 2026-03-24		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml , Pomidor 30g , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlet warzywny ze szpinakiem i soczewicą 70g (JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kapusta czerwona na ciepło 100g (GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2081.10 kcal; Białko ogółem: 63.22 g; Tłuszcz: 61.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.80 g; Węglowodany ogółem: 342.96 g; suma cukrów prostych: 39.37 g; Błonnik pokarmowy: 28.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa 40g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowe 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2309.20 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 83.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; suma cukrów prostych: 52.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;		
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa 40g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowe 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2309.20 kcal; Białko ogółem: 66.34 g; Tłuszcz: 83.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.64 g; Węglowodany ogółem: 346.70 g; suma cukrów prostych: 52.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.67 g;		
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa 40g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2172.49 kcal; Białko ogółem: 67.58 g; Tłuszcz: 76.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.83 g; Węglowodany ogółem: 331.08 g; suma cukrów prostych: 33.06 g; Błonnik pokarmowy: 30.92 g;		
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, JAJ, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowe 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2413.89 kcal; Białko ogółem: 77.18 g; Tłuszcz: 89.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.44 g; Węglowodany ogółem: 346.01 g; suma cukrów prostych: 93.47 g; Błonnik pokarmowy: 26.09 g;		
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Biszkopty (g) 20g,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa 40g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowe 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2370.58 kcal; Białko ogółem: 67.87 g; Tłuszcz: 84.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 358.77 g; suma cukrów prostych: 60.04 g; Błonnik pokarmowy: 26.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANŚKA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, JAJ, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2164.67 kcal; Białko ogółem: 51.64 g; Tłuszcz: 70.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.40 g; Węglowodany ogółem: 362.23 g; suma cukrów prostych: 55.90 g; Błonnik pokarmowy: 33.37 g;		
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ WEGANŚKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Humus klasyczny 50g, Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Mix do smarowania 20g (BIA), II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny 150g (SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2054.59 kcal; Białko ogółem: 47.70 g; Tłuszcz: 64.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 352.08 g; suma cukrów prostych: 33.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.66 g;		
czwartek 2026-03-26 Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paprykarz 50g (RYB, SOJ, SEL), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa ogórkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz z żołądków drobiowych 150g (SEL, GLU PSZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa 40g, Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Galaretki owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2036.27 kcal; Białko ogółem: 60.06 g; Tłuszcz: 70.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.12 g; Węglowodany ogółem: 313.20 g; suma cukrów prostych: 30.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;		
piątek 2026-03-27 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser topiony 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Śledź w śmietanie z jabłkiem i cebulką 190g (BIA), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2140.71 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 62.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 327.54 g; suma cukrów prostych: 48.53 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g;		
piątek 2026-03-27 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser topiony 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Śledź w śmietanie z jabłkiem i cebulką 190g (BIA), Ziemniaki puree 250g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2127.04 kcal; Białko ogółem: 78.86 g; Tłuszcz: 62.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.93 g; Węglowodany ogółem: 324.17 g; suma cukrów prostych: 44.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.36 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-03-28		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml (BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 150g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Kompot owocowy 250ml , Jabłko świeże 1szt , Podwieczorek: Kasza manna z syropem 150g (BIA, GLU PSZ),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2489.76 kcal; Białko ogółem: 71.75 g; Tłuszcz: 108.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.98 g; Węglowodany ogółem: 327.64 g; suma cukrów prostych: 102.76 g; Błonnik pokarmowy: 23.00 g;		
sobota 2026-03-28		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANŚKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos pomidorowy z fasolą czerwoną 150g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Kompot owocowy 250ml , Jabłko świeże 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2012.46 kcal; Białko ogółem: 50.96 g; Tłuszcz: 74.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 304.63 g; suma cukrów prostych: 96.99 g; Błonnik pokarmowy: 21.67 g;		
sobota 2026-03-28		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos pomidorowy z fasolą czerwoną 150g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Kompot owocowy 250ml , Jabłko świeże 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretka owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 1993.84 kcal; Białko ogółem: 39.33 g; Tłuszcz: 70.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.54 g; Węglowodany ogółem: 318.64 g; suma cukrów prostych: 112.51 g; Błonnik pokarmowy: 21.65 g;		
sobota 2026-03-28		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka drobiowa familijna 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa marchewkowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Sos Bolognese 150g (SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Kompot owocowy 250ml , Jabłko świeże 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretka owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 2281.61 kcal; Białko ogółem: 62.17 g; Tłuszcz: 108.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.43 g; Węglowodany ogółem: 282.35 g; suma cukrów prostych: 84.03 g; Błonnik pokarmowy: 19.22 g;		
niedziela 2026-03-29		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszzone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka królewska z indyka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2441.71 kcal; Białko ogółem: 78.63 g; Tłuszcz: 83.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.24 g; Węglowodany ogółem: 363.49 g; suma cukrów prostych: 56.45 g; Błonnik pokarmowy: 27.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-03-30		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g, Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Serdelki 70g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2615.44 kcal; Białko ogółem: 68.30 g; Tłuszcz: 95.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.40 g; Węglowodany ogółem: 389.42 g; suma cukrów prostych: 91.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.37 g;		
poniedziałek 2026-03-30		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g, Sos piecarkowy 100g (BIA, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Koktajl truskawkowy na maślanec 200g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Serdelki 70g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2681.30 kcal; Białko ogółem: 69.33 g; Tłuszcz: 98.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.83 g; Węglowodany ogółem: 401.63 g; suma cukrów prostych: 59.97 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g;		
poniedziałek 2026-03-30		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANŚKA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Miód 25g 1szt, Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g, Sos piecarkowy 100g (BIA, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g, Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2552.65 kcal; Białko ogółem: 51.17 g; Tłuszcz: 70.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.37 g; Węglowodany ogółem: 449.96 g; suma cukrów prostych: 46.16 g; Błonnik pokarmowy: 24.51 g;		
poniedziałek 2026-03-30		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Miód 25g 1szt, Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g, Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g, Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2152.48 kcal; Białko ogółem: 42.07 g; Tłuszcz: 54.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.37 g; Węglowodany ogółem: 391.91 g; suma cukrów prostych: 39.40 g; Błonnik pokarmowy: 21.92 g;		
poniedziałek 2026-03-30		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową i ryżem 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kluski śląskie 250g, Sos piecarkowy 100g (BIA, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Serdelki 70g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2303.44 kcal; Białko ogółem: 57.29 g; Tłuszcz: 91.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.57 g; Węglowodany ogółem: 333.86 g; suma cukrów prostych: 40.96 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2353.32 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 95.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; suma cukrów prostych: 34.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;		
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2353.32 kcal; Białko ogółem: 80.22 g; Tłuszcz: 95.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.67 g; Węglowodany ogółem: 320.35 g; suma cukrów prostych: 34.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;		
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z kapusty czerwonej 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2522.93 kcal; Białko ogółem: 99.79 g; Tłuszcz: 109.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.76 g; Węglowodany ogółem: 316.87 g; suma cukrów prostych: 36.31 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;		
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2307.88 kcal; Białko ogółem: 75.76 g; Tłuszcz: 87.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.38 g; Węglowodany ogółem: 323.67 g; suma cukrów prostych: 36.47 g; Błonnik pokarmowy: 21.74 g;		
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2391.12 kcal; Białko ogółem: 80.31 g; Tłuszcz: 95.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.68 g; Węglowodany ogółem: 329.35 g; suma cukrów prostych: 36.56 g; Błonnik pokarmowy: 26.64 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2065.50 kcal; Białko ogółem: 60.30 g; Tłuszcz: 70.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 326.65 g; suma cukrów prostych: 36.16 g; Błonnik pokarmowy: 29.72 g;		
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt. 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1784.18 kcal; Białko ogółem: 40.72 g; Tłuszcz: 52.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.98 g; Węglowodany ogółem: 314.48 g; suma cukrów prostych: 42.34 g; Błonnik pokarmowy: 29.80 g;		
wtorek 2026-03-31		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 90g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z marchewki i selera 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 1 szt. 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2117.89 kcal; Białko ogółem: 67.03 g; Tłuszcz: 79.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.52 g; Węglowodany ogółem: 308.81 g; suma cukrów prostych: 41.35 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;		