

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-11		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1858.52 kcal; Białko ogółem: 50.59 g; Tłuszcz: 54.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.98 g; Węglowodany ogółem: 312.11 g; suma cukrów prostych: 49.19 g; Błonnik pokarmowy: 27.69 g;		
sobota 2026-04-11		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 1843.64 kcal; Białko ogółem: 42.89 g; Tłuszcz: 49.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 327.59 g; suma cukrów prostych: 65.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.89 g;		
sobota 2026-04-11		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	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), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 1szt. 130g (GLU),
Wartości odżywcze: Energia : 1989.53 kcal; Białko ogółem: 57.87 g; Tłuszcz: 71.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.33 g; Węglowodany ogółem: 299.65 g; suma cukrów prostych: 36.50 g; Błonnik pokarmowy: 27.53 g;		
sobota 2026-04-11		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Serek śmietankowy 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir naturalny 150ml (BIA),	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 100g (GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 150g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1558.91 kcal; Białko ogółem: 50.23 g; Tłuszcz: 56.86 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.67 g; Węglowodany ogółem: 235.33 g; suma cukrów prostych: 29.51 g; Błonnik pokarmowy: 27.87 g;		
niedziela 2026-04-12		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki zielone 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), Kaszanka 100g , 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), Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2577.99 kcal; Białko ogółem: 76.72 g; Tłuszcz: 97.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.52 g; Węglowodany ogółem: 368.27 g; suma cukrów prostych: 44.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-04-12		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajka gotowane 1szt , Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Kaszanka 100g , 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), Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2550.99 kcal; Białko ogółem: 74.29 g; Tłuszcz: 95.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.93 g; Węglowodany ogółem: 368.18 g; suma cukrów prostych: 44.02 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;		
niedziela 2026-04-12		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajka gotowane 1szt , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Kaszanka 100g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2198.74 kcal; Białko ogółem: 70.22 g; Tłuszcz: 76.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 1792.57 g; suma cukrów prostych: 76.10 g; Błonnik pokarmowy: 151.53 g;		
niedziela 2026-04-12		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa z majerankiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Podudzie z kurczaka parowane 2szt. 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 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), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2667.57 kcal; Białko ogółem: 104.92 g; Tłuszcz: 99.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.58 g; Węglowodany ogółem: 354.18 g; suma cukrów prostych: 38.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.74 g;		
niedziela 2026-04-12		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajka gotowane 1szt , Ogórki zielone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (BIA), II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Kaszanka 100g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Galaretką owocowa 1szt. 100g (GLU),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2581.94 kcal; Białko ogółem: 77.57 g; Tłuszcz: 97.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.39 g; Węglowodany ogółem: 368.36 g; suma cukrów prostych: 44.12 g; Błonnik pokarmowy: 27.14 g;		
niedziela 2026-04-12		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajka gotowane 1szt , Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ), Kottlety sojowe 70g , 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), Pasta z zielonego groszku 50g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2361.09 kcal; Białko ogółem: 62.66 g; Tłuszcz: 83.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.20 g; Węglowodany ogółem: 359.97 g; suma cukrów prostych: 44.57 g; Błonnik pokarmowy: 28.05 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-04-13		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 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 grochowa 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (GLU, JAJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka złociста 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2503.59 kcal; Białko ogółem: 68.31 g; Tłuszcz: 105.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.82 g; Węglowodany ogółem: 354.22 g; suma cukrów prostych: 53.06 g; Błonnik pokarmowy: 35.62 g;		
poniedziałek 2026-04-13		
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), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleciną 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Makaron z włoszczyzną w sosie pomidorowym 300g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka złociста 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2433.04 kcal; Białko ogółem: 64.70 g; Tłuszcz: 90.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.79 g; Węglowodany ogółem: 356.59 g; suma cukrów prostych: 74.79 g; Błonnik pokarmowy: 19.25 g;		
poniedziałek 2026-04-13		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), 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 grochowa 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (GLU, JAJ, SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Koktajl truskawkowy na maślanec 200g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka złociста 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2668.95 kcal; Białko ogółem: 73.76 g; Tłuszcz: 115.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.64 g; Węglowodany ogółem: 362.71 g; suma cukrów prostych: 81.42 g; Błonnik pokarmowy: 30.27 g;		
poniedziałek 2026-04-13		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	Zupa grochowa 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (GLU, JAJ, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g , Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2422.60 kcal; Białko ogółem: 54.99 g; Tłuszcz: 103.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.11 g; Węglowodany ogółem: 346.47 g; suma cukrów prostych: 68.85 g; Błonnik pokarmowy: 30.12 g;		
poniedziałek 2026-04-13		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta warzywna 50g (SEL), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mandarynka 1szt ,	Zupa grochowa 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i pieczarkami 300g (GLU, JAJ, SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g , Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2207.42 kcal; Białko ogółem: 47.39 g; Tłuszcz: 93.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.22 g; Węglowodany ogółem: 326.06 g; suma cukrów prostych: 43.88 g; Błonnik pokarmowy: 33.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-04-16 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 kiszone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Fasolka po bretońsku 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), 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: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2547.28 kcal; Białko ogółem: 84.60 g; Tłuszcz: 96.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.34 g; Węglowodany ogółem: 363.67 g; suma cukrów prostych: 43.40 g; Błonnik pokarmowy: 31.38 g;		
czwartek 2026-04-16 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: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 150g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), 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: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2234.80 kcal; Białko ogółem: 69.35 g; Tłuszcz: 76.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 340.51 g; suma cukrów prostych: 40.94 g; Błonnik pokarmowy: 26.23 g;		
czwartek 2026-04-16 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 kiszone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Fasolka po bretońsku 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 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: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2350.50 kcal; Białko ogółem: 72.90 g; Tłuszcz: 80.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.33 g; Węglowodany ogółem: 366.64 g; suma cukrów prostych: 30.22 g; Błonnik pokarmowy: 37.24 g;		
czwartek 2026-04-16 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 40g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Sos marchewkowy 100g (BIA, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna 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 owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2515.48 kcal; Białko ogółem: 98.46 g; Tłuszcz: 98.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.99 g; Węglowodany ogółem: 331.19 g; suma cukrów prostych: 75.65 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;		
czwartek 2026-04-16 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 kiszone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Fasolka po bretońsku 150g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Biszkopty 20g ,	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: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2608.66 kcal; Białko ogółem: 86.13 g; Tłuszcz: 97.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.57 g; Węglowodany ogółem: 375.74 g; suma cukrów prostych: 50.88 g; Błonnik pokarmowy: 31.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-04-17		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Miód 25g 1szt, Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kotlek warzywny ze szpinakiem i soczewicą 70g (JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztecik sojowy 40g, Sałatka po żydowsku z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2390.94 kcal; Białko ogółem: 51.93 g; Tłuszcz: 57.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.05 g; Węglowodany ogółem: 444.03 g; suma cukrów prostych: 28.72 g; Błonnik pokarmowy: 32.23 g;		
piątek 2026-04-17		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2182.75 kcal; Białko ogółem: 73.05 g; Tłuszcz: 61.61 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.40 g; Węglowodany ogółem: 358.30 g; suma cukrów prostych: 27.09 g; Błonnik pokarmowy: 28.26 g;		
piątek 2026-04-17		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Ser topiony 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Sałatka po żydowsku z majonezem 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1732.36 kcal; Białko ogółem: 79.80 g; Tłuszcz: 48.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 17.84 g; Węglowodany ogółem: 253.79 g; suma cukrów prostych: 31.31 g; Błonnik pokarmowy: 20.26 g;		
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g, Kawa zbożowa z młkiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos Bolognese 150g (SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	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), Pomidor 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2459.60 kcal; Białko ogółem: 74.76 g; Tłuszcz: 110.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.52 g; Węglowodany ogółem: 312.69 g; suma cukrów prostych: 69.55 g; Błonnik pokarmowy: 22.64 g;		
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g, Kawa zbożowa z młkiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos Bolognese 150g (SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	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), Pomidor 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2444.60 kcal; Białko ogółem: 74.34 g; Tłuszcz: 108.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.67 g; Węglowodany ogółem: 314.52 g; suma cukrów prostych: 72.32 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
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 , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kefir naturalny 150 g 1szt (BIA),	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron razowy 250g , Sos Bolognese 150g (SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 150g (SEL),	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), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2859.39 kcal; Białko ogółem: 98.28 g; Tłuszcz: 88.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 447.26 g; suma cukrów prostych: 35.76 g; Błonnik pokarmowy: 34.90 g;		
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos mięsny z jarzynami 150g (SEL, GLU PSZ), Dynia parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka białka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2249.80 kcal; Białko ogółem: 69.31 g; Tłuszcz: 90.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.11 g; Węglowodany ogółem: 310.14 g; suma cukrów prostych: 70.24 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;		
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos Bolognese 150g (SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , 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), Pomidor 30g , Herbata 250ml ,
Wartości odżywcze: Energia : 2528.47 kcal; Białko ogółem: 75.84 g; Tłuszcz: 112.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.72 g; Węglowodany ogółem: 324.57 g; suma cukrów prostych: 70.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.76 g;		
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
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 jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy z fasolą czerwoną 150g (SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2139.10 kcal; Białko ogółem: 57.54 g; Tłuszcz: 77.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 324.40 g; suma cukrów prostych: 69.58 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;		
sobota 2026-04-18		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Marmolada owocowa 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Makaron gotowany 250g (GLU, JAJ), Sos pomidorowy z fasolą czerwoną 150g (SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowe 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2236.70 kcal; Białko ogółem: 55.53 g; Tłuszcz: 82.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.93 g; Węglowodany ogółem: 339.63 g; suma cukrów prostych: 85.07 g; Błonnik pokarmowy: 25.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny