



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-01</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Paluszki rybne 70g ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет sojowy 40g , Sałatka jarzynowa z majonezem 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1874.36 kcal; Białko ogółem: 57.83 g; Tłuszcz: 58.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.93 g; Węglowodany ogółem: 292.32 g; suma cukrów prostych: 29.26 g; Błonnik pokarmowy: 23.38 g;		
<b>piątek 2026-05-01</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Miód 25g 1szt , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotle z selera 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет sojowy 40g , Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2267.67 kcal; Białko ogółem: 44.54 g; Tłuszcz: 55.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.31 g; Węglowodany ogółem: 428.53 g; suma cukrów prostych: 51.75 g; Błonnik pokarmowy: 34.94 g;		
<b>piątek 2026-05-01</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka drobiowa familijna 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Paluszki rybne 70g ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa z kurczaka 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2062.68 kcal; Białko ogółem: 51.80 g; Tłuszcz: 57.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.17 g; Węglowodany ogółem: 360.21 g; suma cukrów prostych: 27.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.78 g;		
<b>piątek 2026-05-01</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Ser topiony 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa koperkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Paluszki rybne 70g ( <b>GLU, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Szyńka konserwowa z kurczaka 25g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1424.46 kcal; Białko ogółem: 55.96 g; Tłuszcz: 43.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 16.28 g; Węglowodany ogółem: 210.13 g; suma cukrów prostych: 29.56 g; Błonnik pokarmowy: 16.11 g;		
<b>sobota 2026-05-02</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ryż z jabłkami 350g , Sos jogurtowy 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g/125g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2174.89 kcal; Białko ogółem: 63.97 g; Tłuszcz: 66.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.55 g; Węglowodany ogółem: 347.69 g; suma cukrów prostych: 68.52 g; Błonnik pokarmowy: 21.87 g;		







## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Jajka gotowane 1szt, Ogórki kiszzone 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 1szt,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Potrawka drobiowa z marchewką 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Mortadela 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2432.45 kcal; Białko ogółem: 75.27 g; Tłuszcz: 86.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.29 g; Węglowodany ogółem: 358.02 g; suma cukrów prostych: 52.11 g; Błonnik pokarmowy: 27.96 g;		
<b>niedziela 2026-05-03</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Jajka gotowane 1szt, Ogórki kiszzone 30g, Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 100g,	Rosół z makaronem i zieleniną 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Potrawka drobiowa z marchewką 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sałatka z buraczków 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Sok warzywny 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb pszenno-żytni 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Mortadela 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Maślanka naturalna 330ml 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1620.35 kcal; Białko ogółem: 62.78 g; Tłuszcz: 52.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.02 g; Węglowodany ogółem: 242.74 g; suma cukrów prostych: 53.83 g; Błonnik pokarmowy: 21.27 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g, Sos pieczarkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyntka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2429.81 kcal; Białko ogółem: 65.30 g; Tłuszcz: 84.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.47 g; Węglowodany ogółem: 375.45 g; suma cukrów prostych: 46.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.04 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g, Sos pieczarkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyntka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik z nadzieniem 60g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2385.10 kcal; Białko ogółem: 67.30 g; Tłuszcz: 80.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.52 g; Węglowodany ogółem: 372.68 g; suma cukrów prostych: 87.38 g; Błonnik pokarmowy: 29.59 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g, Sos pieczarkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczerek:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyntka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2327.02 kcal; Białko ogółem: 63.98 g; Tłuszcz: 75.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.00 g; Węglowodany ogółem: 377.56 g; suma cukrów prostych: 28.62 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2340.86 kcal; Białko ogółem: 66.99 g; Tłuszcz: 73.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.56 g; Węglowodany ogółem: 6093.04 g; suma cukrów prostych: 188.82 g; Błonnik pokarmowy: 273.31 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g , Sos piecarkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Koktajl truskawkowy na maślanec 200g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2509.78 kcal; Białko ogółem: 69.96 g; Tłuszcz: 85.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.91 g; Węglowodany ogółem: 6109.97 g; suma cukrów prostych: 157.42 g; Błonnik pokarmowy: 276.49 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g , Sos piecarkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет sojowy 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2318.21 kcal; Białko ogółem: 52.90 g; Tłuszcz: 77.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.74 g; Węglowodany ogółem: 6096.14 g; suma cukrów prostych: 144.47 g; Błonnik pokarmowy: 276.74 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Knedle z truskawkami (gotowe) 250g ( <b>GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет sojowy 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2221.42 kcal; Białko ogółem: 47.58 g; Tłuszcz: 76.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.76 g; Węglowodany ogółem: 7511.96 g; suma cukrów prostych: 1092.89 g; Błonnik pokarmowy: 408.49 g;		
<b>poniedziałek 2026-05-04</b> <b>Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowy 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2139.94 kcal; Białko ogółem: 56.09 g; Tłuszcz: 67.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.26 g; Węglowodany ogółem: 6071.57 g; suma cukrów prostych: 118.74 g; Błonnik pokarmowy: 277.07 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-05-04</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Paszтет z blachy drobiowej 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Mandarynka 1szt ,	Zupa z fasolką szparagową 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kluski śląskie (gotowe) 150g , Sos pieczarkowy 100g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka wielowarzywna 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Szynka złocista 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1892.77 kcal; Białko ogółem: 56.38 g; Tłuszcz: 57.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.53 g; Węglowodany ogółem: 4603.84 g; suma cukrów prostych: 101.50 g; Błonnik pokarmowy: 214.96 g;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2322.09 kcal; Białko ogółem: 88.92 g; Tłuszcz: 77.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.41 g; Węglowodany ogółem: 337.48 g; suma cukrów prostych: 53.90 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2293.41 kcal; Białko ogółem: 91.17 g; Tłuszcz: 74.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.21 g; Węglowodany ogółem: 335.96 g; suma cukrów prostych: 49.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.45 g;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta jajeczna z zieleniną 50g ( <b>JAJ, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Kefir naturalny 150 g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z marchewki 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany naturalny 150g ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2269.26 kcal; Białko ogółem: 94.44 g; Tłuszcz: 75.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.32 g; Węglowodany ogółem: 327.47 g; suma cukrów prostych: 50.26 g; Błonnik pokarmowy: 27.79 g;		
<b>wtorek 2026-05-05</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z ryżem 300g ( <b>BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser fromage 50g ( <b>BIA</b> ), Seler parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jaglaną i ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka konserwowa z kurczaka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2299.47 kcal; Białko ogółem: 84.39 g; Tłuszcz: 66.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.70 g; Węglowodany ogółem: 359.17 g; suma cukrów prostych: 50.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.08 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 1szt ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet drobiowo-warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serdelek drobiowy 70g ( <b>GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2247.14 kcal; Białko ogółem: 69.71 g; Tłuszcz: 81.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 331.59 g; suma cukrów prostych: 56.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.04 g;		
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet drobiowo-warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serdelek drobiowy 70g ( <b>GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2183.06 kcal; Białko ogółem: 69.28 g; Tłuszcz: 73.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.65 g; Węglowodany ogółem: 335.56 g; suma cukrów prostych: 68.78 g; Błonnik pokarmowy: 27.67 g;		
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 1szt ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet drobiowo-warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel bez cukru 150ml ( <b>GLU</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serdelek drobiowy 70g ( <b>GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2153.92 kcal; Białko ogółem: 62.51 g; Tłuszcz: 74.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.55 g; Węglowodany ogółem: 332.78 g; suma cukrów prostych: 52.12 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g;		
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet drobiowo-warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szynka prasowana z indykiem 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2176.49 kcal; Białko ogółem: 70.80 g; Tłuszcz: 68.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.26 g; Węglowodany ogółem: 338.53 g; suma cukrów prostych: 71.88 g; Błonnik pokarmowy: 23.62 g;		
<b>środa 2026-05-06</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g ( <b>BIA, GLU OWI</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Jabłko świeże 1szt ,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Pulpet drobiowo-warzywny 70g ( <b>GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos koperkowy 100ml ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty czerwonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczerek:</b> Kisiel 150g ( <b>GLU</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serdelek drobiowy 70g ( <b>GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Carpaccio z buraka 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Kefir 150ml 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2756.09 kcal; Białko ogółem: 69.98 g; Tłuszcz: 81.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.15 g; Węglowodany ogółem: 456.73 g; suma cukrów prostych: 151.73 g; Błonnik pokarmowy: 27.18 g;		



## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka rybna 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 130g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2421.61 kcal; Białko ogółem: 95.73 g; Tłuszcz: 96.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.39 g; Węglowodany ogółem: 318.94 g; suma cukrów prostych: 83.14 g; Błonnik pokarmowy: 29.34 g;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka rybna 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchwi z chrzanem 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Surówka z kapusty pekińskiej z zieleciną 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 100g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2295.28 kcal; Białko ogółem: 82.00 g; Tłuszcz: 81.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.38 g; Węglowodany ogółem: 340.57 g; suma cukrów prostych: 32.51 g; Błonnik pokarmowy: 35.80 g;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Serek śmietankowy 40g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt,	Zupa szpinakowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g ( <b>SEL</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Marchew parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyunka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Włoszczyzna parowana 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 130g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2450.73 kcal; Białko ogółem: 99.27 g; Tłuszcz: 97.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.73 g; Węglowodany ogółem: 314.53 g; suma cukrów prostych: 85.94 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka rybna 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchwi z chrzanem 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml, <b>Podwieczorek:</b> Biszkopty 20g,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 130g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2555.83 kcal; Białko ogółem: 94.77 g; Tłuszcz: 97.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.56 g; Węglowodany ogółem: 349.85 g; suma cukrów prostych: 52.42 g; Błonnik pokarmowy: 28.86 g;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g ( <b>GLU, JAJ, BIA</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka rybna 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlety sojowe 70g, Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchwi z chrzanem 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g, Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml, <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 130g 1szt,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2223.79 kcal; Białko ogółem: 60.70 g; Tłuszcz: 79.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; Węglowodany ogółem: 343.52 g; suma cukrów prostych: 45.55 g; Błonnik pokarmowy: 30.76 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlety sojowe 70g , Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchwi z chrzanem 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 130g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1880.98 kcal; Białko ogółem: 51.77 g; Tłuszcz: 64.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.04 g; Węglowodany ogółem: 299.07 g; suma cukrów prostych: 22.41 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Sałatka rybna 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchwi z chrzanem 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Galaretki owocowa 130g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2221.52 kcal; Białko ogółem: 86.95 g; Tłuszcz: 84.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.81 g; Węglowodany ogółem: 304.28 g; suma cukrów prostych: 23.10 g; Błonnik pokarmowy: 28.29 g;		
<b>czwartek 2026-05-07</b> <b>Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Sałatka rybna 50g ( <b>SEL, GOR</b> ), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z marchwi z chrzanem 100g ( <b>BIA</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z kapusty pekińskiej z zieleniną 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Kielbasa żywiecka 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Kalafior parowany 30g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 100g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1799.63 kcal; Białko ogółem: 72.22 g; Tłuszcz: 64.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.91 g; Węglowodany ogółem: 260.79 g; suma cukrów prostych: 30.15 g; Błonnik pokarmowy: 30.33 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2547.07 kcal; Białko ogółem: 97.79 g; Tłuszcz: 97.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.57 g; Węglowodany ogółem: 336.47 g; suma cukrów prostych: 53.40 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b> <b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2476.15 kcal; Białko ogółem: 99.40 g; Tłuszcz: 88.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.93 g; Węglowodany ogółem: 336.41 g; suma cukrów prostych: 53.16 g; Błonnik pokarmowy: 23.60 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2408.92 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 92.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.72 g; Węglowodany ogółem: 316.58 g; suma cukrów prostych: 39.49 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny na parze 70g ( <b>RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Brokuł parowany 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g ( <b>GLU PSZ</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Pasta z pieczonej marchewki 50g ( <b>SEL</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2424.11 kcal; Białko ogółem: 94.49 g; Tłuszcz: 85.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.22 g; Węglowodany ogółem: 328.49 g; suma cukrów prostych: 76.34 g; Błonnik pokarmowy: 21.07 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2682.34 kcal; Białko ogółem: 102.43 g; Tłuszcz: 99.96 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.18 g; Węglowodany ogółem: 359.38 g; suma cukrów prostych: 69.29 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2502.79 kcal; Białko ogółem: 91.24 g; Tłuszcz: 95.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.00 g; Węglowodany ogółem: 486.16 g; suma cukrów prostych: 184.08 g; Błonnik pokarmowy: 29.23 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA</b>		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g ( <b>BIA, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Miód 25g 1szt , Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kotlet z selera 70g ( <b>SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2620.60 kcal; Białko ogółem: 54.70 g; Tłuszcz: 65.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 482.79 g; suma cukrów prostych: 55.25 g; Błonnik pokarmowy: 33.70 g;		

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 50g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 250g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2364.11 kcal; Białko ogółem: 73.89 g; Tłuszcz: 77.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.56 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; suma cukrów prostych: 35.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;		
<b>piątek 2026-05-08</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Ser żółty półtłusty 50g ( <b>BIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>II Śniadanie:</b> Maślanka naturalna 150ml ( <b>BIA</b> ),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g ( <b>GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Filet rybny w panierce 70g ( <b>GLU, JAJ, RYB, SEL</b> ), Ziemniaki puree 150g ( <b>BIA</b> ), Surówka z kapusty kiszzonej 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Budyń bez cukru 150g ( <b>BIA</b> ),	Chleb ziarnisty 100g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 10g ( <b>BIA</b> ), Ogórki konserwowe 30g ( <b>SEL, GOR</b> ), Szyńka bartnika drobiowa 40g ( <b>GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR</b> ), Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Serek wiejski 150g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1913.27 kcal; Białko ogółem: 85.45 g; Tłuszcz: 74.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.26 g; Węglowodany ogółem: 236.79 g; suma cukrów prostych: 37.13 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g;		
<b>sobota 2026-05-09</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty białej z zielenią 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g/125g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2065.86 kcal; Białko ogółem: 65.06 g; Tłuszcz: 77.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.19 g; Węglowodany ogółem: 300.20 g; suma cukrów prostych: 50.04 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
<b>sobota 2026-05-09</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 250g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Włoszczyzna parowana 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt owocowy 100g/125g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 2012.67 kcal; Białko ogółem: 64.19 g; Tłuszcz: 73.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.87 g; Węglowodany ogółem: 298.17 g; suma cukrów prostych: 51.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.77 g;		
<b>sobota 2026-05-09</b>		
<b>Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA</b>		
Bulion warzywny 300g ( <b>SOJ, SEL, GLU PSZ</b> ), Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Twarożek 50g ( <b>BIA</b> ), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml ( <b>GLU, BIA</b> ), <b>II Śniadanie:</b> Kefir naturalny 150 g 1szt ( <b>BIA</b> ),	Zupa selerowa z ziemniakami 400g ( <b>SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Kasza jęczmienna na sypko 150g ( <b>GLU JĘCZ</b> ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g ( <b>BIA, SEL, GLU PSZ</b> ), Surówka z kapusty białej z zielenią 100g ( <b>SEL</b> ), Kompot owocowy 250ml , <b>Podwieczorek:</b> Surówka z marchewki 150g ( <b>SEL</b> ),	Chleb pszenno-żytni 150g ( <b>GLU PSZ, GLU ŻYT</b> ), Mix do smarowania 20g ( <b>BIA</b> ), Parówka drobiowa 70g ( <b>GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA</b> ), Pomidor 30g , Herbata 250ml , <b>Posiłek nocny:</b> Jogurt naturalny 100g 1szt ( <b>BIA</b> ),
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia : 1994.84 kcal; Białko ogółem: 67.80 g; Tłuszcz: 78.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 283.09 g; suma cukrów prostych: 33.87 g; Błonnik pokarmowy: 30.34 g;		





