

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2439.63 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 94.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; suma cukrów prostych: 44.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2439.63 kcal; Białko ogółem: 94.94 g; Tłuszcz: 94.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.07 g; Węglowodany ogółem: 324.84 g; suma cukrów prostych: 44.61 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g (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 : 2245.50 kcal; Białko ogółem: 80.74 g; Tłuszcz: 83.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.04 g; Węglowodany ogółem: 319.46 g; suma cukrów prostych: 34.34 g; Błonnik pokarmowy: 30.26 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z ryżem 300g (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 brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka bartenka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2440.61 kcal; Białko ogółem: 99.13 g; Tłuszcz: 95.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.36 g; Węglowodany ogółem: 315.64 g; suma cukrów prostych: 87.62 g; Błonnik pokarmowy: 23.32 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Kotlet schabowy 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 : 2498.47 kcal; Białko ogółem: 87.48 g; Tłuszcz: 96.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.07 g; Węglowodany ogółem: 344.64 g; suma cukrów prostych: 52.02 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Kotlety sojowe 70g, Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2168.97 kcal; Białko ogółem: 62.40 g; Tłuszcz: 77.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.63 g; Węglowodany ogółem: 330.58 g; suma cukrów prostych: 45.23 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ WEGANSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Hummus 50g, Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Kotlety sojowe 70g, Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), 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 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1857.05 kcal; Białko ogółem: 51.25 g; Tłuszcz: 69.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.85 g; Węglowodany ogółem: 281.61 g; suma cukrów prostych: 25.44 g; Błonnik pokarmowy: 26.30 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	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 : 2204.66 kcal; Białko ogółem: 86.88 g; Tłuszcz: 89.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.71 g; Węglowodany ogółem: 286.88 g; suma cukrów prostych: 26.05 g; Błonnik pokarmowy: 25.11 g;		
czwartek 2026-05-21 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (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 : 1749.85 kcal; Białko ogółem: 70.96 g; Tłuszcz: 66.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.58 g; Węglowodany ogółem: 239.67 g; suma cukrów prostych: 31.99 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;		
piątek 2026-05-22 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2398.76 kcal; Białko ogółem: 92.64 g; Tłuszcz: 84.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.48 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; suma cukrów prostych: 46.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2386.67 kcal; Białko ogółem: 99.30 g; Tłuszcz: 79.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.94 g; Węglowodany ogółem: 333.16 g; suma cukrów prostych: 47.22 g; Błonnik pokarmowy: 23.12 g;		
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2260.62 kcal; Białko ogółem: 90.07 g; Tłuszcz: 79.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.63 g; Węglowodany ogółem: 311.46 g; suma cukrów prostych: 32.68 g; Błonnik pokarmowy: 24.23 g;		
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ryżem 400g (SEL), Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Marchew parowana 30g (SEL), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2410.74 kcal; Białko ogółem: 98.81 g; Tłuszcz: 83.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 325.80 g; suma cukrów prostych: 60.91 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;		
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2534.03 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 87.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.09 g; Węglowodany ogółem: 354.26 g; suma cukrów prostych: 62.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.56 g;		
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2354.48 kcal; Białko ogółem: 86.08 g; Tłuszcz: 82.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.91 g; Węglowodany ogółem: 331.35 g; suma cukrów prostych: 46.59 g; Błonnik pokarmowy: 23.52 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą manną 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: Banan 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Kotlet z selera 70g (SEL), 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), Paszтет sojowy 40g, Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2503.88 kcal; Białko ogółem: 52.24 g; Tłuszcz: 55.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.05 g; Węglowodany ogółem: 477.69 g; suma cukrów prostych: 48.45 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g;		
piątek 2026-05-22		
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), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Banan 1szt,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), 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 bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 2247.40 kcal; Białko ogółem: 71.44 g; Tłuszcz: 67.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.98 g; Węglowodany ogółem: 362.29 g; suma cukrów prostych: 28.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.25 g;		
piątek 2026-05-22		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Ser żółty półtłusty 40g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Filet rybny w panierce 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczerek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1764.97 kcal; Białko ogółem: 80.30 g; Tłuszcz: 62.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.16 g; Węglowodany ogółem: 231.68 g; suma cukrów prostych: 30.32 g; Błonnik pokarmowy: 18.77 g;		
sobota 2026-05-23		
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 mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Knedle z truskawkami 250g (GLU PSZ), Sos jogurtowy 100g (BIA), Surówka z marchewki i jabłka 100g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pomidor 30g, Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2321.94 kcal; Białko ogółem: 66.96 g; Tłuszcz: 90.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.50 g; Węglowodany ogółem: 331.51 g; suma cukrów prostych: 72.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;		
sobota 2026-05-23		
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 mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Knedle z truskawkami 250g (GLU PSZ), Sos jogurtowy 100g (BIA), Surówka z marchewki i jabłka 100g, Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pomidor 30g, Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2321.94 kcal; Białko ogółem: 66.96 g; Tłuszcz: 90.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.50 g; Węglowodany ogółem: 331.51 g; suma cukrów prostych: 72.55 g; Błonnik pokarmowy: 24.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-05-23		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Knedle z truskawkami 250g (GLU PSZ), Sos jogurtowy 100g (BIA), Surówka z marchewki i jabłka 100g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Pomidor 30g , Parówka drobiowa 70g (GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2083.82 kcal; Białko ogółem: 66.56 g; Tłuszcz: 84.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.32 g; Węglowodany ogółem: 290.20 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;		
niedziela 2026-05-24		
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: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), 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 zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2722.33 kcal; Białko ogółem: 108.19 g; Tłuszcz: 114.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.01 g; Węglowodany ogółem: 331.97 g; suma cukrów prostych: 27.38 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;		
niedziela 2026-05-24		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Jajka gotowane 1szt , Brokuł parowany 30g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 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 zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2655.89 kcal; Białko ogółem: 108.03 g; Tłuszcz: 110.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.71 g; Węglowodany ogółem: 326.47 g; suma cukrów prostych: 18.94 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;		
niedziela 2026-05-24		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 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: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), 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 zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2422.36 kcal; Białko ogółem: 107.17 g; Tłuszcz: 98.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.56 g; Węglowodany ogółem: 299.05 g; suma cukrów prostych: 34.10 g; Błonnik pokarmowy: 23.88 g;		
niedziela 2026-05-24		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Polędwica drobiowa z majerankiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Brokuł parowany 30g (SEL), Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleciną 400g (GLU, JAJ, SEL), Udko z kurczaka gotowane 150g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), 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 zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2551.31 kcal; Białko ogółem: 107.52 g; Tłuszcz: 98.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.33 g; Węglowodany ogółem: 326.88 g; suma cukrów prostych: 19.10 g; Błonnik pokarmowy: 25.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-05-25 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
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: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 150g (GLU PSZ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i kukurydzy 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2460.91 kcal; Białko ogółem: 63.03 g; Tłuszcz: 65.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.54 g; Węglowodany ogółem: 435.37 g; suma cukrów prostych: 58.28 g; Błonnik pokarmowy: 35.12 g;		
poniedziałek 2026-05-25 Dieta: LUBIAŻ WEGANSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 150g (GLU PSZ), Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i kukurydzy 100g , Ryż biały na sypko 250g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2228.34 kcal; Białko ogółem: 54.89 g; Tłuszcz: 55.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.56 g; Węglowodany ogółem: 411.27 g; suma cukrów prostych: 31.86 g; Błonnik pokarmowy: 37.33 g;		
poniedziałek 2026-05-25 Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 150g (GLU PSZ), Ryż biały na sypko 250g , Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i kukurydzy 100g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka złocista 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2339.94 kcal; Białko ogółem: 67.29 g; Tłuszcz: 61.91 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.29 g; Węglowodany ogółem: 410.80 g; suma cukrów prostych: 32.41 g; Błonnik pokarmowy: 36.12 g;		
poniedziałek 2026-05-25 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Paszтет z blachy drobiowej 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami (OT) 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Gulasz warzywny z soczewicą 150g (GLU PSZ), Ryż biały na sypko 150g , Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i kukurydzy 100g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Szyunka złocista 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1987.68 kcal; Białko ogółem: 65.27 g; Tłuszcz: 46.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 19.62 g; Węglowodany ogółem: 359.16 g; suma cukrów prostych: 40.23 g; Błonnik pokarmowy: 35.47 g;		
wtorek 2026-05-26 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki 100g (SEL), 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), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2408.05 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 84.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 345.45 g; suma cukrów prostych: 57.68 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-05-26		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 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), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2379.37 kcal; Białko ogółem: 90.24 g; Tłuszcz: 81.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.36 g; Węglowodany ogółem: 343.94 g; suma cukrów prostych: 52.85 g; Błonnik pokarmowy: 25.70 g;		
wtorek 2026-05-26		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir naturalny 150 g 1szt (BIA),	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 150g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2317.26 kcal; Białko ogółem: 95.28 g; Tłuszcz: 75.45 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.30 g; Węglowodany ogółem: 339.91 g; suma cukrów prostych: 50.78 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;		
wtorek 2026-05-26		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 50g (BIA), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2385.42 kcal; Białko ogółem: 83.46 g; Tłuszcz: 73.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.85 g; Węglowodany ogółem: 367.14 g; suma cukrów prostych: 53.96 g; Błonnik pokarmowy: 27.33 g;		
wtorek 2026-05-26		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2483.65 kcal; Białko ogółem: 88.17 g; Tłuszcz: 84.35 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 363.45 g; suma cukrów prostych: 61.48 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		
wtorek 2026-05-26		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z ogórka kiszzonego i cebulki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Humus klasyczny 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2560.56 kcal; Białko ogółem: 79.20 g; Tłuszcz: 82.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.64 g; Węglowodany ogółem: 399.01 g; suma cukrów prostych: 57.50 g; Błonnik pokarmowy: 29.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-05-27		
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), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 150g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sytko 250g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (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: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2361.85 kcal; Białko ogółem: 62.56 g; Tłuszcz: 92.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.55 g; Węglowodany ogółem: 338.25 g; suma cukrów prostych: 30.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g;		
środa 2026-05-27		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szczawiowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL), Gulasz drobiowy na mleku kokosowym 150g (SEL, GLU PSZ), Ryż biały na sytko 150g , Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Serdelki 70g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1807.24 kcal; Białko ogółem: 58.32 g; Tłuszcz: 62.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.38 g; Węglowodany ogółem: 271.50 g; suma cukrów prostych: 52.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;		
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	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 : 2415.96 kcal; Białko ogółem: 82.96 g; Tłuszcz: 96.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.41 g; Węglowodany ogółem: 328.72 g; suma cukrów prostych: 38.24 g; Błonnik pokarmowy: 26.71 g;		
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	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 : 2371.25 kcal; Białko ogółem: 84.25 g; Tłuszcz: 91.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.09 g; Węglowodany ogółem: 326.04 g; suma cukrów prostych: 38.01 g; Błonnik pokarmowy: 26.75 g;		
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Podwieczorek: Surówka z marchewki 100g (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 : 2174.04 kcal; Białko ogółem: 66.83 g; Tłuszcz: 79.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.76 g; Węglowodany ogółem: 327.10 g; suma cukrów prostych: 30.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.99 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Serek śmietankowy 40g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2393.30 kcal; Białko ogółem: 87.33 g; Tłuszcz: 92.90 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.33 g; Węglowodany ogółem: 321.58 g; suma cukrów prostych: 40.88 g; Błonnik pokarmowy: 22.15 g;		
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), 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 : 2477.34 kcal; Białko ogółem: 84.49 g; Tłuszcz: 97.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.64 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; suma cukrów prostych: 45.72 g; Błonnik pokarmowy: 26.85 g;		
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANSKA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlety sojowe 70g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 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: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2144.13 kcal; Białko ogółem: 64.02 g; Tłuszcz: 75.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 326.96 g; suma cukrów prostych: 38.80 g; Błonnik pokarmowy: 28.12 g;		
czwartek 2026-05-28		
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: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlety sojowe 70g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 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: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1826.26 kcal; Białko ogółem: 51.47 g; Tłuszcz: 65.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.60 g; Węglowodany ogółem: 280.58 g; suma cukrów prostych: 18.80 g; Błonnik pokarmowy: 25.40 g;		
czwartek 2026-05-28		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ),	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 : 2175.05 kcal; Białko ogółem: 73.50 g; Tłuszcz: 88.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.76 g; Węglowodany ogółem: 293.35 g; suma cukrów prostych: 19.47 g; Błonnik pokarmowy: 24.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-05-28 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Sałatka rybna 50g (SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Podwieczorek: Surówka z marchewki 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (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 : 1664.70 kcal; Białko ogółem: 55.75 g; Tłuszcz: 62.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.11 g; Węglowodany ogółem: 242.30 g; suma cukrów prostych: 26.16 g; Błonnik pokarmowy: 25.12 g;		
piątek 2026-05-29 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), 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), Szynka bartenka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2289.76 kcal; Białko ogółem: 76.91 g; Tłuszcz: 76.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.57 g; Węglowodany ogółem: 337.36 g; suma cukrów prostych: 53.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;		
piątek 2026-05-29 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szynka bartenka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2215.42 kcal; Białko ogółem: 77.04 g; Tłuszcz: 67.37 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.93 g; Węglowodany ogółem: 339.31 g; suma cukrów prostych: 54.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.69 g;		
piątek 2026-05-29 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (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 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szynka bartenka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2151.61 kcal; Białko ogółem: 74.35 g; Tłuszcz: 71.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.72 g; Węglowodany ogółem: 317.47 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.60 g;		
piątek 2026-05-29 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2381.96 kcal; Białko ogółem: 90.23 g; Tłuszcz: 83.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.60 g; Węglowodany ogółem: 327.88 g; suma cukrów prostych: 65.58 g; Błonnik pokarmowy: 20.56 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-05-29		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2425.03 kcal; Białko ogółem: 81.55 g; Tłuszcz: 79.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 360.27 g; suma cukrów prostych: 69.24 g; Błonnik pokarmowy: 23.92 g;		
piątek 2026-05-29		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANSKA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), 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), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2245.48 kcal; Białko ogółem: 70.36 g; Tłuszcz: 74.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.00 g; Węglowodany ogółem: 337.36 g; suma cukrów prostych: 53.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.89 g;		
piątek 2026-05-29		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą manną 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: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotleć z selera 70g (SEL), 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), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: 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;		
piątek 2026-05-29		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka bartnika drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), 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), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2179.07 kcal; Białko ogółem: 58.95 g; Tłuszcz: 63.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.51 g; Węglowodany ogółem: 367.40 g; suma cukrów prostych: 35.01 g; Błonnik pokarmowy: 28.61 g;		
piątek 2026-05-29		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Paluszki rybne 70g (GLU, RYB, SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1655.96 kcal; Białko ogółem: 64.57 g; Tłuszcz: 53.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.26 g; Węglowodany ogółem: 237.68 g; suma cukrów prostych: 37.08 g; Błonnik pokarmowy: 19.14 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-05-30		
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 mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z marchewką 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 : 2205.51 kcal; Białko ogółem: 68.74 g; Tłuszcz: 89.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; Węglowodany ogółem: 305.64 g; suma cukrów prostych: 52.24 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;		
sobota 2026-05-30		
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 mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Marchew 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 : 2149.62 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 86.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.17 g; Węglowodany ogółem: 299.43 g; suma cukrów prostych: 93.17 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;		
sobota 2026-05-30		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), 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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka z kapusty białej z marchewką 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 : 2134.49 kcal; Białko ogółem: 71.48 g; Tłuszcz: 90.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.34 g; Węglowodany ogółem: 288.53 g; suma cukrów prostych: 36.08 g; Błonnik pokarmowy: 31.97 g;		
sobota 2026-05-30		
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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka bartenka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1979.59 kcal; Białko ogółem: 68.93 g; Tłuszcz: 67.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.72 g; Węglowodany ogółem: 298.56 g; suma cukrów prostych: 92.20 g; Błonnik pokarmowy: 28.98 g;		
sobota 2026-05-30		
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 selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z kapusty białej z marchewką 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 : 2248.06 kcal; Białko ogółem: 69.65 g; Tłuszcz: 89.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.89 g; Węglowodany ogółem: 315.97 g; suma cukrów prostych: 53.05 g; Błonnik pokarmowy: 27.17 g;		

