

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2441.81 kcal; Białko ogółem: 95.33 g; Tłuszcz: 94.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.02 g; Węglowodany ogółem: 325.15 g; suma cukrów prostych: 38.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g;		
czwartek 2026-06-11 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2397.10 kcal; Białko ogółem: 97.33 g; Tłuszcz: 90.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.06 g; Węglowodany ogółem: 322.39 g; suma cukrów prostych: 79.79 g; Błonnik pokarmowy: 28.81 g;		
czwartek 2026-06-11 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), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , 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 : 2204.01 kcal; Białko ogółem: 80.56 g; Tłuszcz: 78.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.66 g; Węglowodany ogółem: 320.47 g; suma cukrów prostych: 30.37 g; Błonnik pokarmowy: 30.68 g;		
czwartek 2026-06-11 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka baronka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2417.74 kcal; Białko ogółem: 100.43 g; Tłuszcz: 91.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.31 g; Węglowodany ogółem: 317.78 g; suma cukrów prostych: 82.45 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;		
czwartek 2026-06-11 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Chrupki kukurydziane 30g ,	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 : 2536.85 kcal; Białko ogółem: 97.73 g; Tłuszcz: 95.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 346.46 g; suma cukrów prostych: 38.42 g; Błonnik pokarmowy: 27.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-11 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlec warzywny ze szpinakiem i soczewicą 70g (JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2305.34 kcal; Białko ogółem: 70.52 g; Tłuszcz: 82.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.30 g; Węglowodany ogółem: 349.08 g; suma cukrów prostych: 40.75 g; Błonnik pokarmowy: 31.51 g;		
czwartek 2026-06-11 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 ,	Barszcz biały z ziemniakami 400g (GLU, BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlec warzywny ze szpinakiem i soczewicą 70g (JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1993.41 kcal; Białko ogółem: 59.38 g; Tłuszcz: 73.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.52 g; Węglowodany ogółem: 300.11 g; suma cukrów prostych: 20.95 g; Błonnik pokarmowy: 30.01 g;		
czwartek 2026-06-11 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), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, 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 : 2206.83 kcal; Białko ogółem: 87.27 g; Tłuszcz: 88.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.66 g; Węglowodany ogółem: 287.20 g; suma cukrów prostych: 19.86 g; Błonnik pokarmowy: 24.62 g;		
czwartek 2026-06-11 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), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos pieczeniowy jasny 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: 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 : 1708.35 kcal; Białko ogółem: 70.78 g; Tłuszcz: 61.56 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.20 g; Węglowodany ogółem: 240.69 g; suma cukrów prostych: 28.01 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;		
piątek 2026-06-12 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 topiony 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (BIA, SEL), 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 konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2482.81 kcal; Białko ogółem: 83.81 g; Tłuszcz: 86.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.21 g; Węglowodany ogółem: 357.00 g; suma cukrów prostych: 48.64 g; Błonnik pokarmowy: 24.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-14 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Jajka gotowane 1szt, Ogórki kiszzone 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Potrawka drobiowa z koperkiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g (BIA), Surówka colesław 100g (SEL, GOR), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g (BIA), Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt,
Wartości odżywcze: Energia : 1744.17 kcal; Białko ogółem: 76.42 g; Tłuszcz: 69.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.56 g; Węglowodany ogółem: 221.47 g; suma cukrów prostych: 19.24 g; Błonnik pokarmowy: 20.53 g;		
poniedziałek 2026-06-15 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), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Fasolka po bretońsku z mięsem drobiowym 150g (SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2384.15 kcal; Białko ogółem: 79.11 g; Tłuszcz: 83.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.57 g; Węglowodany ogółem: 360.30 g; suma cukrów prostych: 59.03 g; Błonnik pokarmowy: 33.35 g;		
poniedziałek 2026-06-15 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), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JEŹCZ), Gulasz z soczewicą i mięsem drobiowym 150g (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), Pieczeń wiedeńska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2358.24 kcal; Białko ogółem: 79.99 g; Tłuszcz: 77.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.28 g; Węglowodany ogółem: 362.61 g; suma cukrów prostych: 60.13 g; Błonnik pokarmowy: 30.19 g;		
poniedziałek 2026-06-15 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Kapuśniak z kapusty kiszzonej z ziemniakami 400g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Fasolka po bretońsku z mięsem drobiowym 150g (SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty pekińskiej i marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2271.19 kcal; Białko ogółem: 76.96 g; Tłuszcz: 77.00 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 348.88 g; suma cukrów prostych: 47.37 g; Błonnik pokarmowy: 34.32 g;		
poniedziałek 2026-06-15 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), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JEŹCZ), Gulasz z soczewicą i mięsem drobiowym 150g (SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Pieczeń wiedeńska 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g, Herbata 250ml, Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2391.90 kcal; Białko ogółem: 81.14 g; Tłuszcz: 77.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.13 g; Węglowodany ogółem: 363.69 g; suma cukrów prostych: 62.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.31 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-16		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 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: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2251.55 kcal; Białko ogółem: 84.76 g; Tłuszcz: 68.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.78 g; Węglowodany ogółem: 345.28 g; suma cukrów prostych: 63.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;		
wtorek 2026-06-16		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Dynia parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), 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), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2256.74 kcal; Białko ogółem: 87.08 g; Tłuszcz: 69.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.81 g; Węglowodany ogółem: 344.21 g; suma cukrów prostych: 60.65 g; Błonnik pokarmowy: 26.86 g;		
wtorek 2026-06-16		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 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: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2242.26 kcal; Białko ogółem: 90.51 g; Tłuszcz: 73.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.10 g; Węglowodany ogółem: 329.36 g; suma cukrów prostych: 54.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.95 g;		
wtorek 2026-06-16		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Dynia parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2372.84 kcal; Białko ogółem: 89.78 g; Tłuszcz: 77.01 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.00 g; Węglowodany ogółem: 349.07 g; suma cukrów prostych: 63.35 g; Błonnik pokarmowy: 22.81 g;		
wtorek 2026-06-16		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser fromage 40g (BIA), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Zupa marchewkowa z ryżem 400g (BIA, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 20g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2289.35 kcal; Białko ogółem: 84.85 g; Tłuszcz: 68.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.79 g; Węglowodany ogółem: 354.28 g; suma cukrów prostych: 65.06 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 250g, Włoszczyzna parowana 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: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2132.13 kcal; Białko ogółem: 72.95 g; Tłuszcz: 79.03 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.98 g; Węglowodany ogółem: 305.94 g; suma cukrów prostych: 54.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.60 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 250g, Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Serdelki 70g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2314.41 kcal; Białko ogółem: 74.07 g; Tłuszcz: 81.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.88 g; Węglowodany ogółem: 347.85 g; suma cukrów prostych: 57.94 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400g (SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka prasowana z indykiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2068.76 kcal; Białko ogółem: 67.97 g; Tłuszcz: 70.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.11 g; Węglowodany ogółem: 310.03 g; suma cukrów prostych: 58.02 g; Błonnik pokarmowy: 21.89 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 250g, Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml, Podwieczorek: Kisiel 150ml (GLU),	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: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2240.17 kcal; Białko ogółem: 73.21 g; Tłuszcz: 84.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 319.39 g; suma cukrów prostych: 70.80 g; Błonnik pokarmowy: 26.15 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g, Herbata 250ml, II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z tofu 150g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 250g, Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasztet sojowy 40g, Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml, Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1918.22 kcal; Białko ogółem: 59.09 g; Tłuszcz: 63.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.10 g; Węglowodany ogółem: 300.06 g; suma cukrów prostych: 57.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Miód 25g 2szt , Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z tofu 150g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 250g , Surówka wielowarzywna 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Paszтет sojowy 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2651.77 kcal; Białko ogółem: 48.14 g; Tłuszcz: 70.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.25 g; Węglowodany ogółem: 476.78 g; suma cukrów prostych: 34.63 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;		
środa 2026-06-17		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyńka prasowana z indykiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 250g , Surówka wielowarzywna 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 : 2370.18 kcal; Białko ogółem: 66.43 g; Tłuszcz: 93.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.76 g; Węglowodany ogółem: 337.73 g; suma cukrów prostych: 35.31 g; Błonnik pokarmowy: 29.32 g;		
środa 2026-06-17		
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 ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza gryczana palona na sypko 150g , Surówka wielowarzywna 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 : 1724.69 kcal; Białko ogółem: 58.25 g; Tłuszcz: 58.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.18 g; Węglowodany ogółem: 262.68 g; suma cukrów prostych: 56.27 g; Błonnik pokarmowy: 23.65 g;		
czwartek 2026-06-18		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (BIA, GLU JĘCZ), 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2513.82 kcal; Białko ogółem: 100.16 g; Tłuszcz: 101.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.54 g; Węglowodany ogółem: 324.52 g; suma cukrów prostych: 38.84 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;		
czwartek 2026-06-18		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (BIA, GLU JĘCZ), 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2427.45 kcal; Białko ogółem: 101.37 g; Tłuszcz: 93.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.26 g; Węglowodany ogółem: 321.39 g; suma cukrów prostych: 80.23 g; Błonnik pokarmowy: 30.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , 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 : 2303.02 kcal; Białko ogółem: 83.12 g; Tłuszcz: 80.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.32 g; Węglowodany ogółem: 340.90 g; suma cukrów prostych: 30.64 g; Błonnik pokarmowy: 33.86 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (BIA, GLU JĘCZ), 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2449.50 kcal; Białko ogółem: 104.46 g; Tłuszcz: 94.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.51 g; Węglowodany ogółem: 316.93 g; suma cukrów prostych: 83.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.05 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (BIA, GLU JĘCZ), 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), 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 : 2575.20 kcal; Białko ogółem: 101.69 g; Tłuszcz: 102.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.77 g; Węglowodany ogółem: 336.59 g; suma cukrów prostych: 46.32 g; Błonnik pokarmowy: 27.95 g;		
czwartek 2026-06-18 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300g (BIA, GLU JĘCZ), 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet warzywny ze szpinakiem i soczewicą 70g (JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2377.35 kcal; Białko ogółem: 75.36 g; Tłuszcz: 89.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.82 g; Węglowodany ogółem: 348.44 g; suma cukrów prostych: 41.17 g; Błonnik pokarmowy: 34.05 g;		
czwartek 2026-06-18 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 ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kotlet warzywny ze szpinakiem i soczewicą 70g (JAJ, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2092.42 kcal; Białko ogółem: 61.94 g; Tłuszcz: 75.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.17 g; Węglowodany ogółem: 320.53 g; suma cukrów prostych: 21.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.19 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-18 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretki owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2305.84 kcal; Białko ogółem: 89.84 g; Tłuszcz: 90.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 307.62 g; suma cukrów prostych: 20.13 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;		
czwartek 2026-06-18 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 ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Bitka wieprzowa ze schabu 70g (SEL), Ziemniaki puree 150g (BIA), Sos koperkowy 100ml (BIA, GLU PSZ), Surówka z kapusty czerwonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , 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 : 1807.36 kcal; Białko ogółem: 73.35 g; Tłuszcz: 63.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.85 g; Węglowodany ogółem: 261.11 g; suma cukrów prostych: 28.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.40 g;		
piątek 2026-06-19 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 topiony 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2382.90 kcal; Białko ogółem: 89.57 g; Tłuszcz: 79.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.35 g; Węglowodany ogółem: 341.15 g; suma cukrów prostych: 55.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.03 g;		
piątek 2026-06-19 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 topiony 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), 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), Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2176.29 kcal; Białko ogółem: 88.00 g; Tłuszcz: 63.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.62 g; Węglowodany ogółem: 325.60 g; suma cukrów prostych: 61.75 g; Błonnik pokarmowy: 24.24 g;		
piątek 2026-06-19 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser topiony 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szyunka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2242.93 kcal; Białko ogółem: 86.97 g; Tłuszcz: 74.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.50 g; Węglowodany ogółem: 320.79 g; suma cukrów prostych: 41.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-19		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
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 koperkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Filet rybny na parze 70g (RYB, SEL), Ziemniaki puree 250g (BIA), Szpinak na ciepło 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Marchew parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2328.22 kcal; Białko ogółem: 95.60 g; Tłuszcz: 79.15 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.87 g; Węglowodany ogółem: 321.71 g; suma cukrów prostych: 60.07 g; Błonnik pokarmowy: 24.05 g;		
piątek 2026-06-19		
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 topiony 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczerek: Budyń 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2518.17 kcal; Białko ogółem: 94.22 g; Tłuszcz: 82.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.96 g; Węglowodany ogółem: 364.06 g; suma cukrów prostych: 71.12 g; Błonnik pokarmowy: 24.06 g;		
piątek 2026-06-19		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANŚKA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Ser topiony 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), 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), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2244.95 kcal; Białko ogółem: 69.90 g; Tłuszcz: 73.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.03 g; Węglowodany ogółem: 344.53 g; suma cukrów prostych: 56.86 g; Błonnik pokarmowy: 28.20 g;		
piątek 2026-06-19		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Miód 25g 1szt , Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Banan 1szt ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, BIA, SEL, GLU PSZ), 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), Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2405.34 kcal; Białko ogółem: 46.23 g; Tłuszcz: 61.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.70 g; Węglowodany ogółem: 445.12 g; suma cukrów prostych: 36.87 g; Błonnik pokarmowy: 32.93 g;		
piątek 2026-06-19		
Dieta: LUBIAŻ BEZMLECZNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka 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), Filet rybny panierowany 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty kiszzonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g (BIA), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2312.44 kcal; Białko ogółem: 73.64 g; Tłuszcz: 70.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.73 g; Węglowodany ogółem: 370.64 g; suma cukrów prostych: 35.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.75 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny