

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2286.89 kcal; Białko ogółem: 88.80 g; Tłuszcz: 80.02 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.96 g; Węglowodany ogółem: 323.87 g; suma cukrów prostych: 53.74 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2294.39 kcal; Białko ogółem: 91.43 g; Tłuszcz: 80.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.98 g; Węglowodany ogółem: 323.44 g; suma cukrów prostych: 52.23 g; Błonnik pokarmowy: 24.99 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , 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 , Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2326.15 kcal; Białko ogółem: 95.32 g; Tłuszcz: 85.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.33 g; Węglowodany ogółem: 321.29 g; suma cukrów prostych: 46.23 g; Błonnik pokarmowy: 29.31 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa marchewkowa z makaronem 400g (GLU, JAJ, SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Brokuł parowany 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2422.46 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 90.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.72 g; Węglowodany ogółem: 327.58 g; suma cukrów prostych: 74.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.32 g;		
wtorek 2026-09-01 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 20g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2440.79 kcal; Białko ogółem: 91.59 g; Tłuszcz: 87.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.16 g; Węglowodany ogółem: 337.73 g; suma cukrów prostych: 58.34 g; Błonnik pokarmowy: 19.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-01		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml , Pomidor 30g , II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2185.27 kcal; Białko ogółem: 74.56 g; Tłuszcz: 67.44 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.91 g; Węglowodany ogółem: 342.03 g; suma cukrów prostych: 53.40 g; Błonnik pokarmowy: 28.67 g;		
wtorek 2026-09-01		
Dieta: LUBIAŻ WEGANSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Marmolada owocowa 50g , Pomidor 30g , Mix do smarowania 20g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Brzoskwinia w syropie 70g ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Gulasz warzywny z ciecierzycą 150g (GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g ,
Wartości odżywcze: Energia : 1852.20 kcal; Białko ogółem: 41.43 g; Tłuszcz: 45.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.27 g; Węglowodany ogółem: 340.74 g; suma cukrów prostych: 73.89 g; Błonnik pokarmowy: 28.04 g;		
wtorek 2026-09-01		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Zupa minestrone z makaronem 400g (GLU, JAJ, SEL), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z marchewki i ogórka kiszzonego 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Mix do smarowania 10g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1769.89 kcal; Białko ogółem: 81.10 g; Tłuszcz: 63.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.09 g; Węglowodany ogółem: 239.44 g; suma cukrów prostych: 43.98 g; Błonnik pokarmowy: 23.67 g;		
środa 2026-09-02		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ryż biały na sypko 250g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2171.88 kcal; Białko ogółem: 88.74 g; Tłuszcz: 74.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.82 g; Węglowodany ogółem: 303.09 g; suma cukrów prostych: 55.96 g; Błonnik pokarmowy: 19.66 g;		
środa 2026-09-02		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 150g (SEL), Ryż biały na sypko 250g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2048.00 kcal; Białko ogółem: 84.59 g; Tłuszcz: 73.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.17 g; Węglowodany ogółem: 281.72 g; suma cukrów prostych: 55.31 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-02 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ryż brązowy na sypko 250g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2232.91 kcal; Białko ogółem: 88.10 g; Tłuszcz: 72.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.93 g; Węglowodany ogółem: 334.28 g; suma cukrów prostych: 56.42 g; Błonnik pokarmowy: 29.58 g;		
środa 2026-09-02 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka gotowane 150g (SEL), Ryż biały na sypko 250g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , 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 : 2277.05 kcal; Białko ogółem: 90.44 g; Tłuszcz: 81.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.49 g; Węglowodany ogółem: 311.24 g; suma cukrów prostych: 58.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.29 g;		
środa 2026-09-02 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ryż biały na sypko 250g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel 150ml (GLU),	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2355.84 kcal; Białko ogółem: 91.47 g; Tłuszcz: 82.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.01 g; Węglowodany ogółem: 324.64 g; suma cukrów prostych: 71.40 g; Błonnik pokarmowy: 15.62 g;		
środa 2026-09-02 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANŚKA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Tofu w przyprawie gyros 70g (SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1718.23 kcal; Białko ogółem: 48.74 g; Tłuszcz: 52.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.60 g; Węglowodany ogółem: 278.09 g; suma cukrów prostych: 55.10 g; Błonnik pokarmowy: 18.20 g;		
środa 2026-09-02 Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Miód 25g 2szt , Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Tofu w przyprawie gyros 70g (SOJ, SEL), Ryż biały na sypko 250g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2451.78 kcal; Białko ogółem: 37.78 g; Tłuszcz: 59.72 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.75 g; Węglowodany ogółem: 454.81 g; suma cukrów prostych: 31.94 g; Błonnik pokarmowy: 21.39 g;		
środa 2026-09-02 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Udko z kurczaka pieczone 150g (SEL), Ryż biały na sypko 150g , Mizeria z jogurtem 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Kefir naturalny 150ml 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1722.37 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 54.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.38 g; Węglowodany ogółem: 246.80 g; suma cukrów prostych: 54.49 g; Błonnik pokarmowy: 18.77 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta ryбно-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Krakersy 30g (GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2467.04 kcal; Białko ogółem: 84.42 g; Tłuszcz: 93.36 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.28 g; Węglowodany ogółem: 349.10 g; suma cukrów prostych: 37.24 g; Błonnik pokarmowy: 29.54 g;		
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta ryбно-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Krakersy 30g (GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2445.79 kcal; Białko ogółem: 85.72 g; Tłuszcz: 92.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.31 g; Węglowodany ogółem: 344.27 g; suma cukrów prostych: 86.36 g; Błonnik pokarmowy: 32.13 g;		
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta ryбно-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), 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 , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2319.72 kcal; Białko ogółem: 79.71 g; Tłuszcz: 91.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.85 g; Węglowodany ogółem: 325.65 g; suma cukrów prostych: 26.89 g; Błonnik pokarmowy: 33.15 g;		
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Serek śmietankowy 40g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szyńka bartnika drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Krakersy 30g (GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2417.16 kcal; Białko ogółem: 78.47 g; Tłuszcz: 88.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.91 g; Węglowodany ogółem: 349.83 g; suma cukrów prostych: 89.81 g; Błonnik pokarmowy: 28.55 g;		
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Pasta ryбно-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Biszkopty (g) 20g ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Krakersy 30g (GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2644.52 kcal; Białko ogółem: 88.65 g; Tłuszcz: 101.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.70 g; Węglowodany ogółem: 366.04 g; suma cukrów prostych: 47.42 g; Błonnik pokarmowy: 25.63 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta rybno-jajeczna 50g (JAJ, 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), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kalafior parowany 30g (SEL), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Krakersy 30g (GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 2204.28 kcal; Białko ogółem: 69.92 g; Tłuszcz: 67.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.19 g; Węglowodany ogółem: 359.57 g; suma cukrów prostych: 38.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.53 g;		
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ WEGANSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew z groszkiem oprószana 100g (BIA, GLU PSZ), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kalafior parowany 30g (SEL), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Krakersy 30g (GLU, ORZ ZIEM, BIA, ORZ WŁO, SEL, GOR),
Wartości odżywcze: Energia : 1828.67 kcal; Białko ogółem: 46.74 g; Tłuszcz: 51.92 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.45 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; suma cukrów prostych: 19.47 g; Błonnik pokarmowy: 31.49 g;		
czwartek 2026-09-03 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Pasta rybno-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pulpet wieprzowo-warzywny 70g (GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), 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 , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1846.92 kcal; Białko ogółem: 71.09 g; Tłuszcz: 73.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.52 g; Węglowodany ogółem: 252.35 g; suma cukrów prostych: 25.59 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g;		
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 pieczony 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty kiszanej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 : 2385.30 kcal; Białko ogółem: 89.38 g; Tłuszcz: 79.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.18 g; Węglowodany ogółem: 342.82 g; suma cukrów prostych: 54.63 g; Błonnik pokarmowy: 24.39 g;		
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 pieczony 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 : 2159.32 kcal; Białko ogółem: 86.84 g; Tłuszcz: 61.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.34 g; Węglowodany ogółem: 329.91 g; suma cukrów prostych: 65.95 g; Błonnik pokarmowy: 26.84 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 pieczony 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 : 2240.66 kcal; Białko ogółem: 86.76 g; Tłuszcz: 74.20 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.33 g; Węglowodany ogółem: 321.75 g; suma cukrów prostych: 40.96 g; Błonnik pokarmowy: 25.47 g;		
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , 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 , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , 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 : 2427.36 kcal; Białko ogółem: 97.14 g; Tłuszcz: 84.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.77 g; Węglowodany ogółem: 330.88 g; suma cukrów prostych: 66.97 g; Błonnik pokarmowy: 22.60 g;		
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , 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 pieczony 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń 150g (BIA),	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , 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 : 2636.67 kcal; Białko ogółem: 96.72 g; Tłuszcz: 89.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.98 g; Węglowodany ogółem: 370.59 g; suma cukrów prostych: 73.22 g; Błonnik pokarmowy: 20.37 g;		
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z kaszą manną 300g (BIA, GLU PSZ), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 , Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek wiejski 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2247.35 kcal; Białko ogółem: 69.70 g; Tłuszcz: 72.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.86 g; Węglowodany ogółem: 346.20 g; suma cukrów prostych: 56.25 g; Błonnik pokarmowy: 28.56 g;		
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 , Surówka z kapusty kiszonej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt (GLU, BIA, ZIA, GLU PSZ),
Wartości odżywcze: Energia : 2399.69 kcal; Białko ogółem: 45.83 g; Tłuszcz: 61.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.52 g; Węglowodany ogółem: 445.01 g; suma cukrów prostych: 36.26 g; Błonnik pokarmowy: 33.23 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-09-04 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , 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 pieczony 70g (GLU, JAJ, RYB, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty kiszanej 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Budyń bez cukru 150g (BIA),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , 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 : 1748.06 kcal; Białko ogółem: 77.19 g; Tłuszcz: 56.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.94 g; Węglowodany ogółem: 242.26 g; suma cukrów prostych: 38.93 g; Błonnik pokarmowy: 20.01 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 350g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS),
Wartości odżywcze: Energia : 2296.39 kcal; Białko ogółem: 67.57 g; Tłuszcz: 56.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 350g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS),
Wartości odżywcze: Energia : 2296.39 kcal; Białko ogółem: 67.57 g; Tłuszcz: 56.04 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.71 g; Węglowodany ogółem: 398.84 g; suma cukrów prostych: 66.60 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kefir naturalny 150 g 1szt (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż brązowy 250g , Jabłko pieczone 100g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g (SEL),	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt (GLU, ZIA, GLU PSZ, GLU ŻYT),
Wartości odżywcze: Energia : 2804.19 kcal; Białko ogółem: 82.64 g; Tłuszcz: 63.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.01 g; Węglowodany ogółem: 518.64 g; suma cukrów prostych: 48.35 g; Błonnik pokarmowy: 49.17 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 350g , Sos jogurtowy 100g (BIA),	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka bartenka drobiowa 50g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Seler parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS),
Wartości odżywcze: Energia : 2408.46 kcal; Białko ogółem: 72.92 g; Tłuszcz: 64.32 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.70 g; Węglowodany ogółem: 400.16 g; suma cukrów prostych: 64.64 g; Błonnik pokarmowy: 20.02 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 100g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 350g , Kompot owocowy 250ml , Sos jogurtowy 100g (BIA), Podwieczorek: Kasza manna z syropem 150g (BIA, GLU PSZ),	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS),
Wartości odżywcze: Energia : 2508.98 kcal; Białko ogółem: 74.51 g; Tłuszcz: 64.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; Węglowodany ogółem: 421.41 g; suma cukrów prostych: 77.51 g; Błonnik pokarmowy: 19.30 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANŚKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 350g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS),
Wartości odżywcze: Energia : 2259.67 kcal; Białko ogółem: 62.46 g; Tłuszcz: 54.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.12 g; Węglowodany ogółem: 398.34 g; suma cukrów prostych: 66.20 g; Błonnik pokarmowy: 22.99 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Marmolada owocowa 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż z jabłkami 350g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt (GLU, ZIA, GLU PSZ, GLU ŻYT),
Wartości odżywcze: Energia : 2206.10 kcal; Białko ogółem: 46.66 g; Tłuszcz: 42.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.17 g; Węglowodany ogółem: 430.47 g; suma cukrów prostych: 75.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.06 g;		
sobota 2026-09-05 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Kefir naturalny 150 g 1szt (BIA),	Zupa jarzynowa z soczewicą czerwoną i ziemniakami 400g (SOJ, BIA, SEL, GLU PSZ), Ryż brązowy 150g , Jabłko pieczone 100g , Sos jogurtowy 100g (BIA), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 150g (SEL),	Bułka pszenna weka 100g (GLU PSZ), Mix do smarowania 10g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Pieczywo chrupkie żytnie z pomidorami 30g 1szt (GLU, ZIA, GLU PSZ, GLU ŻYT),
Wartości odżywcze: Energia : 2113.51 kcal; Białko ogółem: 68.35 g; Tłuszcz: 47.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 21.12 g; Węglowodany ogółem: 381.23 g; suma cukrów prostych: 45.12 g; Błonnik pokarmowy: 33.40 g;		
niedziela 2026-09-06 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Jajko gotowane 1szt (JAJ), Ogórki kiszzone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2567.33 kcal; Białko ogółem: 92.45 g; Tłuszcz: 101.60 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.15 g; Węglowodany ogółem: 339.17 g; suma cukrów prostych: 39.16 g; Błonnik pokarmowy: 26.20 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2537.36 kcal; Białko ogółem: 90.13 g; Tłuszcz: 99.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.57 g; Węglowodany ogółem: 338.35 g; suma cukrów prostych: 37.87 g; Błonnik pokarmowy: 26.28 g;		
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , 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 marchewką 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2189.56 kcal; Białko ogółem: 86.09 g; Tłuszcz: 80.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.51 g; Węglowodany ogółem: 302.82 g; suma cukrów prostych: 41.78 g; Błonnik pokarmowy: 26.36 g;		
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Bulka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Filet drobiowy na parze 70g (SEL), Ziemniaki puree 250g , Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bulka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka konserwowa z kurczaka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2387.34 kcal; Białko ogółem: 91.51 g; Tłuszcz: 82.40 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.21 g; Węglowodany ogółem: 334.29 g; suma cukrów prostych: 22.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.35 g;		
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Bulka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszzone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Galaretką owocowa 1szt. 100g (GLU),	Bulka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2687.31 kcal; Białko ogółem: 95.99 g; Tłuszcz: 109.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.21 g; Węglowodany ogółem: 344.11 g; suma cukrów prostych: 41.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.23 g;		
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszzone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (GLU, BIA), II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieleniną 400g (GLU, JAJ, SEL), Tofu w przyprawie gyros 70g (SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2404.29 kcal; Białko ogółem: 73.17 g; Tłuszcz: 92.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.95 g; Węglowodany ogółem: 337.95 g; suma cukrów prostych: 27.41 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztecik sojowy 40g , Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieloną 400g (GLU, JAJ, SEL), Tofu w przyprawie gyros 70g (SOJ, SEL), Ziemniaki puree 250g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2253.84 kcal; Białko ogółem: 61.29 g; Tłuszcz: 83.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.22 g; Węglowodany ogółem: 333.55 g; suma cukrów prostych: 23.07 g; Błonnik pokarmowy: 26.59 g;		
niedziela 2026-09-06		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszzone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jajko gotowane 1szt (JAJ),	Rosół z makaronem i zieloną 400g (GLU, JAJ, SEL), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 150g , Sałatka z buraczków 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok warzywny 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Salceson 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Maślanka naturalna 330ml 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1696.97 kcal; Białko ogółem: 76.52 g; Tłuszcz: 63.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.12 g; Węglowodany ogółem: 223.32 g; suma cukrów prostych: 39.75 g; Błonnik pokarmowy: 20.89 g;		
poniedziałek 2026-09-07		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztecik z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2484.30 kcal; Białko ogółem: 85.29 g; Tłuszcz: 117.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.21 g; Węglowodany ogółem: 293.05 g; suma cukrów prostych: 67.15 g; Błonnik pokarmowy: 22.25 g;		
poniedziałek 2026-09-07		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztecik z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2332.60 kcal; Białko ogółem: 71.66 g; Tłuszcz: 81.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.74 g; Węglowodany ogółem: 356.10 g; suma cukrów prostych: 60.90 g; Błonnik pokarmowy: 30.45 g;		
poniedziałek 2026-09-07		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztecik z blachy drobiowej 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2366.24 kcal; Białko ogółem: 83.05 g; Tłuszcz: 111.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.32 g; Węglowodany ogółem: 281.09 g; suma cukrów prostych: 55.81 g; Błonnik pokarmowy: 23.58 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Serek śmietankowy 40g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos mięsny z jarzynami 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Ziemniaki puree 250g (BIA), Włoszczyzna parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2366.26 kcal; Białko ogółem: 72.81 g; Tłuszcz: 81.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.59 g; Węglowodany ogółem: 357.18 g; suma cukrów prostych: 63.28 g; Błonnik pokarmowy: 25.57 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Koktajl truskawkowy na maślanec 200g (BIA),	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2680.36 kcal; Białko ogółem: 92.65 g; Tłuszcz: 126.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.83 g; Węglowodany ogółem: 312.21 g; suma cukrów prostych: 82.26 g; Błonnik pokarmowy: 19.17 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANSKA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta warzywna 50g (SEL), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Paszтет sojowy 40g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2337.88 kcal; Białko ogółem: 72.74 g; Tłuszcz: 107.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 46.71 g; Węglowodany ogółem: 292.00 g; suma cukrów prostych: 66.99 g; Błonnik pokarmowy: 23.28 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta warzywna 50g (SEL), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną 350g (SEL), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Paszтет sojowy 40g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Galaretka owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1964.26 kcal; Białko ogółem: 57.31 g; Tłuszcz: 91.12 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.54 g; Węglowodany ogółem: 251.68 g; suma cukrów prostych: 40.82 g; Błonnik pokarmowy: 23.86 g;		
poniedziałek 2026-09-07 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Paszтет z blachy drobiowy 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Łazanki z kapustą kiszoną i kielbasą 350g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Ziemniaki puree 150g , Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Maślanka naturalna 150ml (BIA),	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Polędwica Ani 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Pomidor 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2209.63 kcal; Białko ogółem: 81.35 g; Tłuszcz: 96.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 276.72 g; suma cukrów prostych: 56.06 g; Błonnik pokarmowy: 24.35 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2239.12 kcal; Białko ogółem: 81.87 g; Tłuszcz: 79.05 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.31 g; Węglowodany ogółem: 323.39 g; suma cukrów prostych: 54.05 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;		
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2238.14 kcal; Białko ogółem: 85.20 g; Tłuszcz: 80.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.78 g; Węglowodany ogółem: 319.64 g; suma cukrów prostych: 100.20 g; Błonnik pokarmowy: 30.00 g;		
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2179.87 kcal; Białko ogółem: 87.38 g; Tłuszcz: 77.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.23 g; Węglowodany ogółem: 312.15 g; suma cukrów prostych: 50.64 g; Błonnik pokarmowy: 31.78 g;		
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Ser fromage 40g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2277.77 kcal; Białko ogółem: 83.92 g; Tłuszcz: 81.21 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.61 g; Węglowodany ogółem: 323.99 g; suma cukrów prostych: 102.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.80 g;		
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleciną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 150g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Sok owocowy 200ml 1szt ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Szynka tyrolska 40g , Mix do smarowania 20g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2393.02 kcal; Białko ogółem: 84.66 g; Tłuszcz: 86.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.51 g; Węglowodany ogółem: 337.25 g; suma cukrów prostych: 58.65 g; Błonnik pokarmowy: 22.16 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ WEGETARIAŃSKA		
Zupa mleczna z ryżem 300g (BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Herbata 250ml , Ogórki zielone 30g , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z tofu 150g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2060.53 kcal; Białko ogółem: 68.19 g; Tłuszcz: 65.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.26 g; Węglowodany ogółem: 322.78 g; suma cukrów prostych: 53.49 g; Błonnik pokarmowy: 26.21 g;		
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ WEGANSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Marmolada owocowa 50g , Ogórki zielone 30g , Mix do smarowania 20g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z tofu 150g (SOJ, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 250g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Mus owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1625.29 kcal; Białko ogółem: 33.45 g; Tłuszcz: 43.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.69 g; Węglowodany ogółem: 297.53 g; suma cukrów prostych: 50.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.72 g;		
wtorek 2026-09-08		
Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Kefir 150ml 1szt ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Sos szpinakowy z kurczakiem 100g (BIA, SEL, GLU PSZ), Kasza jęczmienna na sypko 150g (GLU JĘCZ), Surówka z marchewki 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka z marchewki 150g (SEL),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Szynka tyrolska 40g , Mix do smarowania 10g , Ogórki konserwowe 30g (SEL, GOR), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Serek homogenizowany naturalny 150g (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1658.05 kcal; Białko ogółem: 75.41 g; Tłuszcz: 56.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.77 g; Węglowodany ogółem: 236.40 g; suma cukrów prostych: 49.18 g; Błonnik pokarmowy: 26.25 g;		
środa 2026-09-09		
Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2367.35 kcal; Białko ogółem: 75.47 g; Tłuszcz: 67.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 391.01 g; suma cukrów prostych: 58.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.15 g;		
środa 2026-09-09		
Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2209.49 kcal; Białko ogółem: 74.32 g; Tłuszcz: 63.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.82 g; Węglowodany ogółem: 363.13 g; suma cukrów prostych: 107.46 g; Błonnik pokarmowy: 33.54 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2272.63 kcal; Białko ogółem: 70.07 g; Tłuszcz: 63.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.43 g; Węglowodany ogółem: 382.97 g; suma cukrów prostych: 56.39 g; Błonnik pokarmowy: 31.71 g;		
środa 2026-09-09 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Marchew parowana 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka prasowana z indykiem 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2438.54 kcal; Białko ogółem: 80.17 g; Tłuszcz: 71.98 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.14 g; Węglowodany ogółem: 392.65 g; suma cukrów prostych: 110.66 g; Błonnik pokarmowy: 30.98 g;		
środa 2026-09-09 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Ziemniaki puree 250g (BIA), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel 150ml (GLU),	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2551.31 kcal; Białko ogółem: 78.20 g; Tłuszcz: 75.54 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.00 g; Węglowodany ogółem: 412.56 g; suma cukrów prostych: 73.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.12 g;		
środa 2026-09-09 Dieta: LUBIAŻ WEGETARIANSKA		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300g (GLU, BIA), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Jogurt naturalny (kg) 100g (BIA), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1942.84 kcal; Białko ogółem: 63.02 g; Tłuszcz: 65.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.63 g; Węglowodany ogółem: 296.76 g; suma cukrów prostych: 60.00 g; Błonnik pokarmowy: 23.53 g;		
środa 2026-09-09 Dieta: LUBIAŻ WEGAŃSKA		
Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Miód 25g 2szt , Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Tofu w przyprawie gyros 140g (SOJ, SEL), Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Ciasteczka owsiane z owocami leśnymi 25g 1szt (GLU, GLU PSZ, GLU OWI),
Wartości odżywcze: Energia : 2314.09 kcal; Białko ogółem: 35.75 g; Tłuszcz: 65.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.67 g; Węglowodany ogółem: 412.55 g; suma cukrów prostych: 30.57 g; Błonnik pokarmowy: 24.47 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-09 Dieta: LUBIAŻ UBOGOENERGETYCZNA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Twarożek 50g (BIA), Pomidor 30g , Herbata 250ml , II Śniadanie: Jabłko świeże 1szt ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400g (BIA, SEL, GLU PSZ), Pierogi ruskie (gotowe) 250g , Ziemniaki puree 150g , Surówka z kapusty białej z zielenią 100g (SEL), Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Kisiel bez cukru 150ml (GLU),	Chleb ziarnisty 100g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 10g , Szyunka tostowa 40g , Carpaccio z buraka 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 150g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 1914.43 kcal; Białko ogółem: 63.65 g; Tłuszcz: 47.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.31 g; Węglowodany ogółem: 333.52 g; suma cukrów prostych: 55.27 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: LUBIAŻ PODSTAWOWA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta rybno-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Kluski leniwe (gotowe) 250g , Bułka tarta 50g (GLU), Arbuz 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2836.65 kcal; Białko ogółem: 137.04 g; Tłuszcz: 118.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; suma cukrów prostych: 45.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTRAWNA		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta rybno-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Kluski leniwe (gotowe) 250g , Bułka tarta 50g (GLU), Arbuz 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2836.65 kcal; Białko ogółem: 137.04 g; Tłuszcz: 118.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 50.19 g; Węglowodany ogółem: 324.76 g; suma cukrów prostych: 45.96 g; Błonnik pokarmowy: 22.33 g;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: LUBIAŻ CUKRZYCOWA		
Bulion warzywny 300g (SEL), Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Pasta rybno-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Kluski leniwe (gotowe) 250g , Bułka tarta 50g (GLU), Arbuz 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Surówka wielowarzywna 100g (SEL),	Chleb ziarnisty 150g (GLU PSZ, GLU ŻYT), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g 1szt (BIA),
Wartości odżywcze: Energia : 2698.24 kcal; Białko ogółem: 132.60 g; Tłuszcz: 117.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.91 g; Węglowodany ogółem: 300.31 g; suma cukrów prostych: 35.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.16 g;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: LUBIAŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Serek śmietankowy 40g (BIA), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Kluski leniwe (gotowe) 250g , Bułka tarta 50g (GLU), Arbuz 150g , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Szyunka bartenka drobiowa 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Włoszczyzna parowana 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 2811.02 kcal; Białko ogółem: 129.86 g; Tłuszcz: 114.81 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 49.80 g; Węglowodany ogółem: 330.95 g; suma cukrów prostych: 49.78 g; Błonnik pokarmowy: 18.78 g;		
czwartek 2026-09-10 Dieta: LUBIAŻ MŁODZIEŻ		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300g (BIA, GLU OWI), Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Pasta rybno-jajeczna 50g (JAJ, SEL, GOR), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml ,	Krupnik z kaszą pęczak i ziemniakami 400g (SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ), Kluski leniwe (gotowe) 250g , Bułka tarta 50g (GLU), Arbuz 150g , Kompot owocowy 250ml , Podwieczorek: Biszkopty 20g ,	Bułka pszenna weka 150g (GLU PSZ), Mix do smarowania 20g , Kielbasa żywiecka 40g (GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR), Kalafior parowany 30g (SEL), Herbata 250ml , Posiłek nocny: Chrupki kukurydziane 30g ,
Wartości odżywcze: Energia : 3014.13 kcal; Białko ogółem: 141.27 g; Tłuszcz: 127.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 52.61 g; Węglowodany ogółem: 341.70 g; suma cukrów prostych: 56.14 g; Błonnik pokarmowy: 18.43 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone