Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kiełbasa z pieca 100g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 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:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2246.76 kcal; Białko ogółem: 90.33 g; Tłuszcz: 95.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.16 g; Węglowodany ogółem: 274.24 g; suma cukrów prostych: 21.69 g; Błonnik pokarmowy: 20.84 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ 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:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kiełbasa z pieca 100g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g , Brokuł parowany 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:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2171.88 kcal; Białko ogółem: 89.15 g; Tłuszcz: 89.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.27 g; Węglowodany ogółem: 270.31 g; suma cukrów prostych: 20.40 g; Błonnik pokarmowy: 20.59 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszone 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kiełbasa z pieca 100g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 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:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2255.09 kcal; Białko ogółem: 87.57 g; Tłuszcz: 91.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.04 g; Węglowodany ogółem: 292.15 g; suma cukrów prostych: 19.62 g; Błonnik pokarmowy: 24.96 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Podudzie z kurczaka parowane 2szt. 150g (***SEL***), 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***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2290.41 kcal; Białko ogółem: 111.69 g; Tłuszcz: 89.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.72 g; Węglowodany ogółem: 274.62 g; suma cukrów prostych: 23.45 g; Błonnik pokarmowy: 16.48 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (***BIA***), **II Śniadanie:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Kiełbasa z pieca 100g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (***GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Salceson 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2625.49 kcal; Białko ogółem: 97.97 g; Tłuszcz: 107.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.03 g; Węglowodany ogółem: 332.48 g; suma cukrów prostych: 31.06 g; Błonnik pokarmowy: 18.41 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Tofu w przyprawie gyros 70g (***SOJ, SEL***), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 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:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 2017.46 kcal; Białko ogółem: 69.57 g; Tłuszcz: 77.78 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.20 g; Węglowodany ogółem: 280.51 g; suma cukrów prostych: 22.58 g; Błonnik pokarmowy: 23.11 g;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki kiszone 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Tofu w przyprawie gyros 70g (***SOJ, SEL***), Ziemniaki puree 250g , Surówka z kapusty białej z zieleniną 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:** Jajko gotowane 1szt (***JAJ***),
Wartości odżywcze: Energia : 1984.73 kcal; Białko ogółem: 68.32 g; Tłuszcz: 78.51 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.56 g; Węglowodany ogółem: 272.53 g; suma cukrów prostych: 14.15 g; Błonnik pokarmowy: 23.43 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***BIA, GLU OWI***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka szwedzka 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Leczo z kiełbasą 150g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), 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***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2320.40 kcal; Białko ogółem: 65.46 g; Tłuszcz: 76.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.26 g; Węglowodany ogółem: 366.18 g; suma cukrów prostych: 75.48 g; Błonnik pokarmowy: 27.22 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***BIA, GLU OWI***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Sos mięsny z jarzynami 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), 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***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2396.54 kcal; Białko ogółem: 70.05 g; Tłuszcz: 82.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.41 g; Węglowodany ogółem: 367.56 g; suma cukrów prostych: 76.10 g; Błonnik pokarmowy: 27.80 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet 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 JĘCZ***), Leczo z kiełbasą 150g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2186.13 kcal; Białko ogółem: 61.80 g; Tłuszcz: 70.73 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.92 g; Węglowodany ogółem: 351.13 g; suma cukrów prostych: 59.64 g; Błonnik pokarmowy: 28.74 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***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 bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Sos mięsny z jarzynami 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml ,	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2424.80 kcal; Białko ogółem: 71.48 g; Tłuszcz: 83.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.28 g; Węglowodany ogółem: 367.37 g; suma cukrów prostych: 75.90 g; Błonnik pokarmowy: 23.27 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***BIA, GLU OWI***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Leczo z kiełbasą 150g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Banan 1szt , Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy na maślance 200g (***BIA***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2506.73 kcal; Białko ogółem: 72.76 g; Tłuszcz: 84.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.81 g; Węglowodany ogółem: 384.91 g; suma cukrów prostych: 90.32 g; Błonnik pokarmowy: 24.07 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml (***BIA, GLU OWI***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta warzywna 50g (***SEL***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Leczo wegetariańskie 150g (***SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Banan 1szt , 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:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2133.82 kcal; Białko ogółem: 48.61 g; Tłuszcz: 64.50 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.07 g; Węglowodany ogółem: 364.93 g; suma cukrów prostych: 75.28 g; Błonnik pokarmowy: 28.60 g;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta warzywna 50g (***SEL***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa bieszczadzka z kaszą jęczmienną i makaronem 400g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ, GLU JĘCZ***), Leczo wegetariańskie 150g (***SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), 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:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1891.45 kcal; Białko ogółem: 48.16 g; Tłuszcz: 67.23 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.63 g; Węglowodany ogółem: 295.85 g; suma cukrów prostych: 35.76 g; Błonnik pokarmowy: 24.79 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa 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 : 2277.89 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 80.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; suma cukrów prostych: 62.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa 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 : 2277.89 kcal; Białko ogółem: 86.96 g; Tłuszcz: 80.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.56 g; Węglowodany ogółem: 329.25 g; suma cukrów prostych: 62.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.26 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kefir 150ml 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Surówka wielowarzywna 150g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 150g (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2281.41 kcal; Białko ogółem: 93.28 g; Tłuszcz: 85.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.97 g; Węglowodany ogółem: 316.27 g; suma cukrów prostych: 55.23 g; Błonnik pokarmowy: 33.33 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Ser fromage 40g (***BIA***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa 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***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2313.71 kcal; Białko ogółem: 87.07 g; Tłuszcz: 79.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.58 g; Węglowodany ogółem: 334.65 g; suma cukrów prostych: 64.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz wieprzowy z warzywami korzeniowymi 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa parowana 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Sok owocowy 200ml 1szt ,	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Szynka tyrolska 40g , Mix do smarowania 20g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2431.79 kcal; Białko ogółem: 89.75 g; Tłuszcz: 88.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.75 g; Węglowodany ogółem: 343.11 g; suma cukrów prostych: 66.71 g; Błonnik pokarmowy: 25.21 g;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Ser żółty półtłusty 40g (***BIA***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz warzywny z fasolą czerwoną 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa parowana 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 : 2080.20 kcal; Białko ogółem: 73.20 g; Tłuszcz: 61.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.00 g; Węglowodany ogółem: 340.80 g; suma cukrów prostych: 64.18 g; Błonnik pokarmowy: 35.17 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Marmolada owocowa 50g , Papryka parowana 30g (***SEL***), Mix do smarowania 20g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa dyniowo-marchewkowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz warzywny z fasolą czerwoną 150g (***SEL, GLU PSZ***), Kasza jęczmienna na sypko 250g (***GLU JĘCZ***), Fasolka szparagowa parowana 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 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1680.76 kcal; Białko ogółem: 39.21 g; Tłuszcz: 42.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 22.35 g; Węglowodany ogółem: 316.96 g; suma cukrów prostych: 61.67 g; Błonnik pokarmowy: 34.83 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z marchewki i ogórka kiszonego 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Serdelki 70g (***GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2512.59 kcal; Białko ogółem: 88.03 g; Tłuszcz: 92.70 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.08 g; Węglowodany ogółem: 353.63 g; suma cukrów prostych: 87.19 g; Błonnik pokarmowy: 25.46 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), 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 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Serdelki 70g (***GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2405.85 kcal; Białko ogółem: 87.36 g; Tłuszcz: 92.30 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.97 g; Węglowodany ogółem: 327.53 g; suma cukrów prostych: 84.74 g; Błonnik pokarmowy: 24.09 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ 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 ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z marchewki i ogórka kiszonego 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Kisiel bez cukru 150ml (***GLU***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Serdelki 70g (***GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Sok z buraka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2180.64 kcal; Białko ogółem: 66.68 g; Tłuszcz: 69.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.59 g; Węglowodany ogółem: 347.28 g; suma cukrów prostych: 55.44 g; Błonnik pokarmowy: 29.19 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Brokuł parowany 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***), Pasta warzywna 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2537.78 kcal; Białko ogółem: 92.39 g; Tłuszcz: 91.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.92 g; Węglowodany ogółem: 356.13 g; suma cukrów prostych: 87.76 g; Błonnik pokarmowy: 22.58 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Wątróbka drobiowa duszona w sosie własnym 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z marchewki i ogórka kiszonego 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Kisiel 150ml (***GLU***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Serdelki 70g (***GLU, JAJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2696.55 kcal; Białko ogółem: 90.76 g; Tłuszcz: 100.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.27 g; Węglowodany ogółem: 375.18 g; suma cukrów prostych: 102.63 g; Błonnik pokarmowy: 21.43 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (***GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z marchewki i ogórka kiszonego 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2174.59 kcal; Białko ogółem: 72.32 g; Tłuszcz: 66.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.39 g; Węglowodany ogółem: 343.95 g; suma cukrów prostych: 86.63 g; Błonnik pokarmowy: 26.83 g;		
środa 2026-11-04	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Miód 25g 2szt , Dżem owocowy niskosłodzony 25g 1szt , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa selerowa z ryżem 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Gulasz warzywny z soczewicą 200g (***GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Surówka z marchewki i ogórka kiszonego 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki konserwowe 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2459.51 kcal; Białko ogółem: 52.93 g; Tłuszcz: 52.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.25 g; Węglowodany ogółem: 467.04 g; suma cukrów prostych: 66.11 g; Błonnik pokarmowy: 26.66 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300ml (***GLU, JAJ, BIA***), 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***), Schab pieczony 70g (***SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2489.87 kcal; Białko ogółem: 90.74 g; Tłuszcz: 95.58 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.27 g; Węglowodany ogółem: 338.62 g; suma cukrów prostych: 45.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.49 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300ml (***GLU, JAJ, BIA***), 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***), Schab pieczony 70g (***SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Marchew oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2468.62 kcal; Białko ogółem: 92.03 g; Tłuszcz: 95.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.29 g; Węglowodany ogółem: 333.79 g; suma cukrów prostych: 94.90 g; Błonnik pokarmowy: 27.08 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ 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 , **II Śniadanie:** Pomarańcza 0.5szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Schab pieczony 70g (***SEL***), Ryż brązowy na sypko 250g , Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), **Podwieczorek:** Surówka wielowarzywna 100g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2397.45 kcal; Białko ogółem: 89.71 g; Tłuszcz: 89.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.55 g; Węglowodany ogółem: 343.00 g; suma cukrów prostych: 27.62 g; Błonnik pokarmowy: 36.94 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300ml (***GLU, JAJ, BIA***), 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***), Schab pieczony 70g (***SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Marchew oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Szynka bartnika drobiowa 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Seler parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2439.99 kcal; Białko ogółem: 84.78 g; Tłuszcz: 91.06 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.89 g; Węglowodany ogółem: 339.35 g; suma cukrów prostych: 98.35 g; Błonnik pokarmowy: 23.50 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300ml (***GLU, JAJ, BIA***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), 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***), Schab pieczony 70g (***SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (***GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Kiełbasa żywiecka 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Kalafior parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2903.87 kcal; Białko ogółem: 100.82 g; Tłuszcz: 109.89 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.27 g; Węglowodany ogółem: 396.94 g; suma cukrów prostych: 55.08 g; Błonnik pokarmowy: 22.06 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z makaronem pszennym 300ml (***GLU, JAJ, BIA***), 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***), Tofu w przyprawie gyros 70g (***SOJ, SEL***), Ryż biały na sypko 250g , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2233.56 kcal; Białko ogółem: 62.91 g; Tłuszcz: 77.53 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.40 g; Węglowodany ogółem: 344.83 g; suma cukrów prostych: 46.51 g; Błonnik pokarmowy: 26.62 g;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
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***), Tofu w przyprawie gyros 70g (***SOJ, SEL***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta z zielonego groszku 50g , Kalafior parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1470.80 kcal; Białko ogółem: 33.29 g; Tłuszcz: 54.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 24.61 g; Węglowodany ogółem: 233.89 g; suma cukrów prostych: 18.44 g; Błonnik pokarmowy: 24.02 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***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 , Surówka z kapusty kiszonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Szynka drobiowa familijna 25g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek wiejski 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2281.58 kcal; Białko ogółem: 82.94 g; Tłuszcz: 73.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.97 g; Węglowodany ogółem: 336.76 g; suma cukrów prostych: 49.92 g; Błonnik pokarmowy: 24.75 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***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 400ml (***GLU, JAJ, BIA, 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 drobiowa familijna 25g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek wiejski 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2350.21 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 75.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.99 g; Węglowodany ogółem: 348.43 g; suma cukrów prostych: 78.81 g; Błonnik pokarmowy: 29.14 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ 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:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml (***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 drobiowa familijna 25g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek wiejski 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2292.59 kcal; Białko ogółem: 82.89 g; Tłuszcz: 78.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.08 g; Węglowodany ogółem: 330.34 g; suma cukrów prostych: 37.88 g; Błonnik pokarmowy: 26.95 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***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 pomidorowa z makaronem 400ml (***GLU, JAJ, BIA, 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 drobiowa familijna 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pasta z pieczonej marchewki 50g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek wiejski 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2633.37 kcal; Białko ogółem: 99.71 g; Tłuszcz: 99.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.68 g; Węglowodany ogółem: 349.71 g; suma cukrów prostych: 79.83 g; Błonnik pokarmowy: 24.89 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***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 400ml (***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 drobiowa familijna 25g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek wiejski 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2692.65 kcal; Białko ogółem: 94.38 g; Tłuszcz: 92.87 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.11 g; Węglowodany ogółem: 381.29 g; suma cukrów prostych: 73.09 g; Błonnik pokarmowy: 21.85 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z kaszą manną 300ml (***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 400ml (***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 , Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek wiejski 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2322.41 kcal; Białko ogółem: 71.21 g; Tłuszcz: 76.67 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.14 g; Węglowodany ogółem: 356.38 g; suma cukrów prostych: 56.12 g; Błonnik pokarmowy: 30.04 g;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: LUBIĄŻ 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 400ml (***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 , Sałatka jarzynowa z majonezem 50g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Pieczywo orkiszowe ze słonecznikiem 30g 1szt (***GLU, BIA, ZIA, GLU PSZ***), Pasta warzywna 30g (***SEL***),
Wartości odżywcze: Energia : 2506.78 kcal; Białko ogółem: 47.78 g; Tłuszcz: 68.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.00 g; Węglowodany ogółem: 457.68 g; suma cukrów prostych: 36.88 g; Błonnik pokarmowy: 35.82 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczarkowy 100g (***BIA, GLU PSZ***), Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2223.98 kcal; Białko ogółem: 75.80 g; Tłuszcz: 87.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.39 g; Węglowodany ogółem: 306.87 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczarkowy 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2139.51 kcal; Białko ogółem: 75.08 g; Tłuszcz: 78.34 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.74 g; Węglowodany ogółem: 307.48 g; suma cukrów prostych: 46.19 g; Błonnik pokarmowy: 26.38 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczarkowy 100g (***BIA, GLU PSZ***), Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Surówka z marchewki i selera 150g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Sok z buraka 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2155.09 kcal; Białko ogółem: 68.61 g; Tłuszcz: 77.66 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.41 g; Węglowodany ogółem: 326.12 g; suma cukrów prostych: 36.30 g; Błonnik pokarmowy: 33.46 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 200ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczeniowy jasny 100g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Szynka bartnika drobiowa 50g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Seler parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1968.18 kcal; Białko ogółem: 74.18 g; Tłuszcz: 61.75 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.54 g; Węglowodany ogółem: 301.72 g; suma cukrów prostych: 42.02 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Ogórki zielone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (***BIA***), **II Śniadanie:** Mus owocowy 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczarkowy 100g (***BIA, GLU PSZ***), Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Kasza manna z syropem 150g (***BIA, GLU PSZ***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Parówka drobiowa 70g (***GLU, JAJ, ORZ ZIEM, SOJ, BIA, SEL, GOR, ZIA***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2320.47 kcal; Białko ogółem: 80.03 g; Tłuszcz: 88.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.94 g; Węglowodany ogółem: 324.57 g; suma cukrów prostych: 52.29 g; Błonnik pokarmowy: 25.58 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Twarożek 50g (***BIA***), Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kopytka (gotowe) 200g , Sos pieczarkowy 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2020.49 kcal; Białko ogółem: 68.87 g; Tłuszcz: 67.41 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.69 g; Węglowodany ogółem: 306.87 g; suma cukrów prostych: 44.08 g; Błonnik pokarmowy: 25.22 g;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Marmolada owocowa 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Mus owocowy 1 szt. 100g ,	Zupa z groszkiem zielonym i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami (gotowe) 250g (***GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , Surówka z kapusty czerwonej 100g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2239.93 kcal; Białko ogółem: 55.65 g; Tłuszcz: 84.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.72 g; Węglowodany ogółem: 336.00 g; suma cukrów prostych: 76.70 g; Błonnik pokarmowy: 24.55 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Jajko gotowane 1szt (***JAJ***), Ogórki kiszone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Jogurt owocowy serduszko 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g , Surówka wielowarzywna 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:** Jajka gotowane 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2156.54 kcal; Białko ogółem: 86.01 g; Tłuszcz: 84.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.55 g; Węglowodany ogółem: 283.43 g; suma cukrów prostych: 37.79 g; Błonnik pokarmowy: 22.17 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ 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:** Jogurt owocowy serduszko 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Potrawka drobiowa z marchewką 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 , Salceson 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jajka gotowane 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2086.72 kcal; Białko ogółem: 85.51 g; Tłuszcz: 77.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.66 g; Węglowodany ogółem: 280.87 g; suma cukrów prostych: 36.34 g; Błonnik pokarmowy: 22.74 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszone 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g , Surówka wielowarzywna 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:** Jajka gotowane 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2164.87 kcal; Białko ogółem: 83.80 g; Tłuszcz: 80.43 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.71 g; Węglowodany ogółem: 299.55 g; suma cukrów prostych: 33.91 g; Błonnik pokarmowy: 26.01 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Szynka tostowa 40g , Ogórki zielone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Jogurt owocowy serduszko 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Potrawka drobiowa z marchewką 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***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jajka gotowane 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2071.24 kcal; Białko ogółem: 85.80 g; Tłuszcz: 71.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.79 g; Węglowodany ogółem: 285.79 g; suma cukrów prostych: 39.44 g; Błonnik pokarmowy: 18.69 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszone 30g , Mleko smakowe w kartoniku 200ml 1szt (***BIA***), **II Śniadanie:** Jogurt owocowy serduszko 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Potrawka drobiowa z marchewką 150g (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g , Surówka wielowarzywna 100g (***SEL***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Galaretka owocowa 100g (***GLU***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Salceson 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jajka gotowane 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2271.30 kcal; Białko ogółem: 89.12 g; Tłuszcz: 91.65 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.47 g; Węglowodany ogółem: 288.35 g; suma cukrów prostych: 40.59 g; Błonnik pokarmowy: 18.18 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Jajka gotowane 1szt , Ogórki kiszone 30g , Kawa zbożowa z mlekiem 250ml (***GLU, BIA***), **II Śniadanie:** Jogurt owocowy serduszko 1szt (***BIA***),	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Tofu w przyprawie gyros 70g (***SOJ, SEL***), Ziemniaki puree 250g , Surówka wielowarzywna 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:** Jajka gotowane 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1993.50 kcal; Białko ogółem: 66.73 g; Tłuszcz: 75.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.34 g; Węglowodany ogółem: 282.21 g; suma cukrów prostych: 26.04 g; Błonnik pokarmowy: 22.55 g;		
niedziela 2026-11-08	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki kiszone 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Galaretka owocowa 175g 1szt ,	Rosół z makaronem i zieleniną 400ml (***GLU, JAJ, SEL***), Tofu w przyprawie gyros 70g (***SOJ, SEL***), Ziemniaki puree 250g , Surówka wielowarzywna 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:** Mus owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1854.57 kcal; Białko ogółem: 56.39 g; Tłuszcz: 69.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.87 g; Węglowodany ogółem: 270.63 g; suma cukrów prostych: 14.30 g; Błonnik pokarmowy: 22.61 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka szwedzka 30g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , Sałatka szwedzka 30g , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Sałatka z buraczków 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***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2409.91 kcal; Białko ogółem: 83.88 g; Tłuszcz: 93.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.32 g; Węglowodany ogółem: 329.33 g; suma cukrów prostych: 68.63 g; Błonnik pokarmowy: 23.99 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków 100g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2393.70 kcal; Białko ogółem: 83.74 g; Tłuszcz: 92.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.25 g; Węglowodany ogółem: 327.39 g; suma cukrów prostych: 67.04 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), **Podwieczorek:** Kefir naturalny 150 g 1szt (***BIA***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny 100g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2304.93 kcal; Białko ogółem: 79.21 g; Tłuszcz: 83.97 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.28 g; Węglowodany ogółem: 332.82 g; suma cukrów prostych: 51.53 g; Błonnik pokarmowy: 27.47 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Serek śmietankowy 40g (***BIA***), Pomidor 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml , Włoszczyzna parowana 100g (***SEL***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2363.72 kcal; Białko ogółem: 84.46 g; Tłuszcz: 89.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.81 g; Węglowodany ogółem: 324.36 g; suma cukrów prostych: 61.44 g; Błonnik pokarmowy: 20.76 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Pasztet z blachy drobiowy 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków 100g (***SEL***), **Podwieczorek:** Koktajl truskawkowy na maślance 200g (***BIA***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Polędwica Ani 40g (***GLU, SOJ, BIA, SEL, GOR***), Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2589.76 kcal; Białko ogółem: 91.10 g; Tłuszcz: 101.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.88 g; Węglowodany ogółem: 346.55 g; suma cukrów prostych: 82.15 g; Błonnik pokarmowy: 20.78 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z płatkami jęczmiennymi 300ml (***BIA, GLU JĘCZ***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta warzywna 50g (***SEL***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Jajko sadzone 2szt (***JAJ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml , Sałatka z buraczków 100g (***SEL***),	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy 100g/125g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2247.28 kcal; Białko ogółem: 71.20 g; Tłuszcz: 82.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.76 g; Węglowodany ogółem: 326.34 g; suma cukrów prostych: 66.88 g; Błonnik pokarmowy: 24.88 g;		
poniedziałek 2026-11-09	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta warzywna 50g (***SEL***), Sałatka szwedzka 30g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Jabłko świeże 1szt ,	Zupa grysikowa z zieleniną 400g (***SEL, GLU PSZ***), Knedle z truskawkami 250g (***GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasztet sojowy 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Galaretka owocowa 130g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 2306.53 kcal; Białko ogółem: 55.48 g; Tłuszcz: 81.25 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.25 g; Węglowodany ogółem: 361.53 g; suma cukrów prostych: 42.00 g; Błonnik pokarmowy: 26.13 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ PODSTAWOWA**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***SEL, GOR***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kotlet mielony wieprzowy pieczony 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2587.80 kcal; Białko ogółem: 95.13 g; Tłuszcz: 87.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.77 g; Węglowodany ogółem: 385.90 g; suma cukrów prostych: 55.71 g; Błonnik pokarmowy: 33.90 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTRAWNA**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***SEL, GOR***), Seler parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (***SEL, GLU PSZ***), Kotlet mielony wieprzowy pieczony 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), 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 : 2423.09 kcal; Białko ogółem: 89.06 g; Tłuszcz: 85.11 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.02 g; Węglowodany ogółem: 351.02 g; suma cukrów prostych: 99.08 g; Błonnik pokarmowy: 30.71 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ CUKRZYCOWA**	
Bulion warzywny 300g (***SEL***), Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***SEL, GOR***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Kefir 150ml 1szt ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kotlet mielony wieprzowy pieczony 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Surówka wielowarzywna 150g (***SEL***),	Chleb ziarnisty 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Szynka tyrolska 40g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany naturalny 150g (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2591.32 kcal; Białko ogółem: 101.45 g; Tłuszcz: 92.49 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.18 g; Węglowodany ogółem: 372.91 g; suma cukrów prostych: 48.83 g; Błonnik pokarmowy: 37.97 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lubiąż

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ ŁATWOSTR. Z OGR.TŁU**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Ser fromage 40g (***BIA***), Seler parowany 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Zupa ziemniaczana z majerankiem 400ml (***SEL, GLU PSZ***), Kotlet mielony wieprzowy pieczony 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), 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 : 2504.43 kcal; Białko ogółem: 91.53 g; Tłuszcz: 89.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.76 g; Węglowodany ogółem: 355.54 g; suma cukrów prostych: 101.39 g; Błonnik pokarmowy: 26.51 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ MŁODZIEŻ**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***SEL, GOR***), Papryka parowana 30g (***SEL***), Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Kotlet mielony wieprzowy pieczony 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml , **Podwieczorek:** Rogalik z nadzieniem 60g 1szt (***GLU PSZ, ORZ LASK, ORZ PIS***),	Bułka pszenna weka 150g (***GLU PSZ***), Szynka tyrolska 40g , Mix do smarowania 20g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 3001.80 kcal; Białko ogółem: 105.21 g; Tłuszcz: 101.55 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.77 g; Węglowodany ogółem: 444.22 g; suma cukrów prostych: 65.01 g; Błonnik pokarmowy: 31.47 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ WEGETARIAŃSKA**	
Zupa mleczna z ryżem 300ml (***BIA***), Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Pasta jajeczna z zieleniną 50g (***SEL, GOR***), Herbata 250ml , Papryka parowana 30g (***SEL***), **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Pulpet warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany waniliowy 150g 1szt (***BIA***),
Wartości odżywcze: Energia : 2275.66 kcal; Białko ogółem: 77.84 g; Tłuszcz: 62.59 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.43 g; Węglowodany ogółem: 381.08 g; suma cukrów prostych: 56.10 g; Błonnik pokarmowy: 34.99 g;		
wtorek 2026-11-10	**Dieta: LUBIĄŻ WEGAŃSKA**	
Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Marmolada owocowa 50g , Papryka parowana 30g (***SEL***), Mix do smarowania 20g , Herbata 250ml , **II Śniadanie:** Gruszka 1szt ,	Barszcz czerwony z fasolą Jaś i ziemniakami 400ml (***BIA, SEL, GLU PSZ***), Pulpet warzywny 70g (***GLU, JAJ, SEL, GLU PSZ***), Ziemniaki puree 250g (***BIA***), Marchew z groszkiem oprószana 100g (***BIA, GLU PSZ***), Kompot owocowy 250ml ,	Chleb pszenno-żytni 150g (***GLU PSZ, GLU ŻYT***), Mix do smarowania 20g , Hummus 50g , Ogórki zielone 30g , Herbata 250ml , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 100g 1szt ,
Wartości odżywcze: Energia : 1882.14 kcal; Białko ogółem: 46.86 g; Tłuszcz: 43.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 23.76 g; Węglowodany ogółem: 355.98 g; suma cukrów prostych: 53.24 g; Błonnik pokarmowy: 34.49 g;		

Własność (...). Wszelkie prawa zastrzeżone