

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-05-31		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z ryżem białym 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Twarożek z koperkiem (wyrób własny) 70g (MLE), Sałata lodowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa selerowa z makaronem pszennym 350ml (GLUpszenny, SEL, GOR), Kotlet wieprzowy na parze 90g, Sos biały (bulion, mąka, śmietana) 100g (MLE, GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa parowana z masłem 150g (MLE), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta z ryby gotowanej z warzywami (dorsz, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy- wyrób własny) 70g (SEL, RYB), Ogórek kiszony 50g, Jabłko 150g, Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Biszkopty 30g (GLUpszenny, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2280.40 kcal; Białko ogółem: 99.17 g; Tłuszcz: 75.27 g; Węglowodany ogółem: 319.21 g; Błonnik pokarmowy: 35.39 g; WW: 31.73 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 34.07 g; Sód: 1988.31 mg; suma cukrów prostych: 41.26 g;		
niedziela 2026-05-31		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z ryżem białym 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Twarożek z koperkiem (wyrób własny) 70g (MLE), Sałata lodowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa selerowa z makaronem pszennym 350ml (GLUpszenny, SEL, GOR), Kotlet wieprzowy na parze 90g, Sos biały (bulion, mąka, śmietana) 100g (MLE, GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa parowana z masłem 150g (MLE), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta z ryby gotowanej z warzywami (dorsz, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy- wyrób własny) 70g (SEL, RYB), Pomidor 50g, Jabłko 150g, Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Biszkopty 30g (GLUpszenny, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2239.81 kcal; Białko ogółem: 95.84 g; Tłuszcz: 74.38 g; Węglowodany ogółem: 316.73 g; Błonnik pokarmowy: 33.75 g; WW: 31.47 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 33.76 g; Sód: 2053.91 mg; suma cukrów prostych: 40.55 g;		
niedziela 2026-05-31		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Twarożek z koperkiem (wyrób własny) 70g (MLE), Sałata lodowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa selerowa z makaronem pszennym 350ml (GLUpszenny, SEL, GOR), Kotlet wieprzowy na parze 90g, Sos biały (bulion, mąka, śmietana) 100g (MLE, GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Fasolka szparagowa parowana z masłem 150g (MLE), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta z ryby gotowanej z warzywami (dorsz, włoszczyzna, koncentrat pomidorowy, olej rzepakowy- wyrób własny) 70g (SEL, RYB), Ogórek kiszony 50g, Jabłko 150g, Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Kanapka z ogórkiem (chleb żytni razowy, margaryna, ogórek zielony) 70g (GLUżytni),
Wartości odżywcze: Energia: 2117.79 kcal; Białko ogółem: 96.09 g; Tłuszcz: 74.27 g; Węglowodany ogółem: 283.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.41 g; WW: 28.19 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 32.17 g; Sód: 1761.54 mg; suma cukrów prostych: 25.85 g;		
poniedziałek 2026-06-01		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350ml (MLE, GLUpszenny), Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Szynka z indyka 60g (MLE, GOR), Grejpfrut 150g, Sałata masłowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Koktajl owocowy na bazie kefiru bez cukru (kefir, morela mrożona, truskawki mrożone- wyrób własny) 200ml (MLE),	Barszcz biały z ziemniakami zabelany jogurtem 350ml (MLE, GLUpszenny, JAJ, ORZmigdały, SEL, SOJ, GOR), Udziec z kurczaka pieczony 90g (GLUpszenny, ORZmigdały, SOJ, GOR, ZIA), Sos koperkowy (woda, mąka pszenna, koper) 100ml (GLUpszenny), Ryż biały gotowany 200g (GLUpszenny, GLUjęczmie, GLUżytni, GLUowies, GLUorkisz), Surówka z marchewki i seler z olejem rzepakowym 150g (SEL), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta jajeczna (wyrób własny) 30g (MLE, JAJ, GOR), Pasta mięsno-warzywna (łopatka wp, włoszczyzna, seler, marchew, brokuł, olej rzepakowy- wyrób własny) 40g (SEL), Pomidor 60g, Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Herbatniki 30g (MLE, GLUpszenny),
Wartości odżywcze: Energia: 2124.26 kcal; Białko ogółem: 86.72 g; Tłuszcz: 67.36 g; Węglowodany ogółem: 311.02 g; Błonnik pokarmowy: 32.92 g; WW: 31.22 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 27.30 g; Sód: 2111.08 mg; suma cukrów prostych: 45.04 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-01		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z makaronem pszennym 350ml (MLE, GLUpszenny), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Szynka z indyka 60g (MLE, GOR), Jabłko 150g, Sałata masłowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml, II Śniadanie: Koktajl owocowy na bazie kefiru bez cukru (kefir, morela mrożona, truskawki mrożone- wyrób własny) 200ml (MLE),	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny jogurtem 350ml (MLE, GLUpszenny, JAJ, ORZmigdały, SEL, SOJ, GOR), Udziec z kurczaka duszony 90g, Sos koperkowy (woda, mąka pszenna, koper) 100ml (GLUpszenny), Ryż biały gotowany 200g (GLUpszenny, GLUjęcznie, GLUżytni, GLUowies, GLUorkisz), Surówka z marchewki i selera z olejem rzepakowym 150g (SEL), Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta jajeczna (wyrób własny) 30g (MLE, JAJ, GOR), Pasta mięsno-warzywna (łopatka wp, włoszczyzna, seler, marchew, brokuł, olej rzepakowy- wyrób własny) 40g (SEL), Pomidor 60g, Herbata owocowa bez cukru 300ml, Posiłek nocny: Herbatniki 30g (MLE, GLUpszenny),
Wartości odżywcze: Energia: 2157.44 kcal; Białko ogółem: 86.75 g; Tłuszcz: 67.68 g; Węglowodany ogółem: 318.70 g; Błonnik pokarmowy: 31.30 g; WW: 31.91 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 27.24 g; Sód: 2120.87 mg; suma cukrów prostych: 44.92 g;		
poniedziałek 2026-06-01		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Szynka z indyka 60g (MLE, GOR), Grejfrut 150g, Sałata masłowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml, II Śniadanie: Koktajl owocowy na bazie kefiru bez cukru (kefir, morela mrożona, truskawki mrożone- wyrób własny) 200ml (MLE),	Barszcz biały z ziemniakami zabieleny jogurtem 350ml (MLE, GLUpszenny, JAJ, ORZmigdały, SEL, SOJ, GOR), Udziec z kurczaka duszony 90g, Sos koperkowy (woda, mąka pszenna, koper) 100ml (GLUpszenny), Ryż brązowy gotowany 200g (GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, ZIA), Surówka z marchewki i selera z olejem rzepakowym 150g (SEL), Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml,	Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta jajeczna (wyrób własny) 30g (MLE, JAJ, GOR), Pasta mięsno-warzywna (łopatka wp, włoszczyzna, seler, marchew, brokuł, olej rzepakowy- wyrób własny) 40g (SEL), Pomidor 60g, Herbata owocowa bez cukru 300ml, Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 1841.41 kcal; Białko ogółem: 79.29 g; Tłuszcz: 65.98 g; Węglowodany ogółem: 255.30 g; Błonnik pokarmowy: 38.24 g; WW: 25.66 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 28.12 g; Sód: 1978.32 mg; suma cukrów prostych: 31.66 g;		
wtorek 2026-06-02		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (MLE, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasztecik drobiowy 70g (GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Sałata lodowa 35g, Kawa zbożowa/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE, GLUpszenny), II Śniadanie: Budyń bez cukru 200ml (MLE, GLUpszenny),	Zupa kalafiorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 18% 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Gulasz z mięsa wieprzowego duszony 200g (GLUpszenny), Placki ziemniaczane smażone 200g (GLUpszenny, JAJ), Surówka z kapusty młodej z marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 150g, Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Serek wiejski 50g (MLE), Szynka konserwowa 30g (MLE, GLUpszenny, SEL, SOJ, GOR), Jabłko 150g, Pomidor 50g, Herbata owocowa bez cukru 300ml, Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2413.67 kcal; Białko ogółem: 90.38 g; Tłuszcz: 98.46 g; Węglowodany ogółem: 323.59 g; Błonnik pokarmowy: 31.67 g; WW: 32.23 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 33.00 g; Sód: 2301.27 mg; suma cukrów prostych: 43.79 g;		
wtorek 2026-06-02		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z kaszą jaglaną 350ml (MLE, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasztecik drobiowy 70g (GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Sałata lodowa 35g, Kawa zbożowa/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE, GLUpszenny), II Śniadanie: Budyń bez cukru 200ml (MLE, GLUpszenny),	Zupa kalafiorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 18% 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Gulasz z mięsa wieprzowego duszony 200g (GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g, Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym 150g, Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Serek wiejski 50g (MLE), Szynka konserwowa 30g (MLE, GLUpszenny, SEL, SOJ, GOR), Jabłko 150g, Pomidor 50g, Herbata owocowa bez cukru 300ml, Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g,
Wartości odżywcze: Energia: 2331.23 kcal; Białko ogółem: 86.82 g; Tłuszcz: 86.27 g; Węglowodany ogółem: 335.65 g; Błonnik pokarmowy: 30.03 g; WW: 33.53 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 31.60 g; Sód: 2562.20 mg; suma cukrów prostych: 56.98 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-02		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasztet drobiowy 70g (GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Salata lodowa 35g , Kawa zbożowa/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE, GLUpszenny), II Śniadanie: Budyń bez cukru 200ml (MLE, GLUpszenny),	Zupa kalafiorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 18% 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZWłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Gulasz z mięsa wieprzowego duszony 200g (GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z kapusty młodej z marchewką, koperkiem i olejem rzepakowym 150g , Kompot wielooowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Serek wiejski 50g (MLE), Szynka konserwowa 30g (MLE, GLUpszenny, SEL, SOJ, GOR), Jabłko 150g , Pomidor 50g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Kanapka z wędliną wieprzową (chleb żytni razowy, margaryna, wędlina wp) 70g (GLUżytni),
Wartości odżywcze: Energia: 2232.99 kcal; Białko ogółem: 88.49 g; Tłuszcz: 91.75 g; Węglowodany ogółem: 294.33 g; Błonnik pokarmowy: 34.38 g; WW: 29.29 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 32.50 g; Sód: 2161.61 mg; suma cukrów prostych: 33.83 g;		
środa 2026-06-03		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZWłoskie, SOJ, GOR, ZIA, ŁUB), Bułka pszenna 50g (GLUpszenny), Chleb pszenno-żytni 40g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Jajo gotowane (nie mniejsze niż 50g) 1szt (JAJ), Pasta z fasoli białej z cebulą i olejem rzepakowym (wyrób własny) 40g , Ogórek kiszony 60g , Kakao/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE), II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa neapolitańska z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 18% (bulion drobiowy, włoszczyzna, śmietana, natka pietruszki) 350ml (MLE, GLUpszenny, SEL, GOR), Bitka drobiowa duszona 90g , Sos biały (bulion, mąka, śmietana) 100g (MLE, GLUpszenny), Kluski śląskie gotowane 200g (GLUpszenny, JAJ), Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 150g , Kompot wielooowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Sałatka po żydowsku (ziemniaki, jaja, seler, marchew, jogurt naturalny- wyrób własny) 100g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Pasta twarogowa z dynią i mielonymi pestkami dyni (twaróg, dynia, pestki dyni, jogurt naturalny-wyrób własny) 30g (MLE, ORZziemne, SEL, ZIA), Salata masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Pomarańcza 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2483.42 kcal; Białko ogółem: 105.06 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 339.98 g; Błonnik pokarmowy: 38.50 g; WW: 34.02 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 36.71 g; Sód: 2436.87 mg; suma cukrów prostych: 49.67 g;		
środa 2026-06-03		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z kaszą manną 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZWłoskie, SOJ, GOR, ZIA, ŁUB), Bułka pszenna 50g (GLUpszenny), Chleb pszenno-żytni 40g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Jajo gotowane (nie mniejsze niż 50g) 1szt (JAJ), Szynka delikatesowa z kurczaka 30g , Pomidor 60g , Kakao/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE), II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa neapolitańska z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 18% (bulion drobiowy, włoszczyzna, śmietana, natka pietruszki) 350ml (MLE, GLUpszenny, SEL, GOR), Bitka drobiowa duszona 90g , Sos biały (bulion, mąka, śmietana) 100g (MLE, GLUpszenny), Kluski śląskie gotowane 200g (GLUpszenny, JAJ), Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 150g , Kompot wielooowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Sałatka po żydowsku (ziemniaki, jaja, seler, marchew, jogurt naturalny- wyrób własny) 100g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Pasta twarogowa z dynią i mielonymi pestkami dyni (twaróg, dynia, pestki dyni, jogurt naturalny-wyrób własny) 30g (MLE, ORZziemne, SEL, ZIA), Salata masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Banan 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2501.02 kcal; Białko ogółem: 103.63 g; Tłuszcz: 88.32 g; Węglowodany ogółem: 343.55 g; Błonnik pokarmowy: 31.54 g; WW: 34.48 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 37.10 g; Sód: 2265.08 mg; suma cukrów prostych: 60.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-06-03		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Bułka razowa 50g (GLUpszenny), Chleb żytni razowy 40g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Jajo gotowane (nie mniejsze niż 50g) 1szt (JAJ), Pasta z fasoli białej z cebulą i olejem rzepakowym (wyrób własny) 40g , Ogórek kiszony 60g , Kakao/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE), II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa neapolitańska z makaronem pszennym zabieleną śmietaną 18% (bulion drobiowy, włoszczyzna, śmietana, natka pietruszki) 350ml (MLE, GLUpszenny, SEL, GOR), Bitka drobiowa duszona 90g , Sos biały (bulion, mąka, śmietana) 100g (MLE, GLUpszenny), Kasza gryczana gotowana 200g (GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, DWU, ŁUB), Surówka z marchwi z olejem rzepakowym 150g , Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Sałatka po żydowsku (ziemniaki, jaja, seler, marchew, jogurt naturalny- wyrób własny) 100g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Pasta twarogowa z dynią i mielonymi pestkami dyni (twaróg, dynia, pestki dyni, jogurt naturalny-wyrób własny) 30g (MLE, ORZziemne, SEL, ZIA), Sałata masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Kanapka z ogórkiem (chleb żytni razowy, margaryna, ogórek zielony) 70g (GLUżytni), Pomarańcza 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2398.39 kcal; Białko ogółem: 107.34 g; Tłuszcz: 88.07 g; Węglowodany ogółem: 326.48 g; Błonnik pokarmowy: 45.90 g; WW: 32.66 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 35.75 g; Sód: 2511.74 mg; suma cukrów prostych: 42.01 g;		
czwartek 2026-06-04		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA), Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Polędwica sopocka 40g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, DWU, GOR, ZIA), Sałata lodowa 35g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Kefir z płatkami zbożowymi i owocami bez cukru (kefir, płatki owsiane, mieszanka kompotowa mrożona- wyrób własny) 200ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA, GLUowies),	Botwinka z ziemniakami zabieleną mlekiem 2% 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZziemne, SEL, DWU, SOJ, GOR, GLUżytni), Sos szpinakowy z warzywami i mięsem drobiowym (mięso z udka kurczaka, szpinak, włoszczyzna, olej rzepakowy, śmietana 18%) 300g (MLE, SEL), Makaron pszenny gotowany 200g (GLUpszenny), Woda z cytryną 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta rybna z jajkiem gotowanym (dorsz, jajo gotowane, natka pietruszki, jogurt naturalny-wyrób własny) 70g (MLE, JAJ, RYB), Mix sałat 10g , Pomidor 50g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Jabłko 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1994.59 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 62.41 g; Węglowodany ogółem: 276.34 g; Błonnik pokarmowy: 28.10 g; WW: 27.77 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 27.77 g; Sód: 2085.14 mg; suma cukrów prostych: 34.62 g;		
czwartek 2026-06-04		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 350ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Polędwica sopocka 40g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, DWU, GOR, ZIA), Sałata lodowa 35g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Kefir z płatkami zbożowymi i owocami bez cukru (kefir, płatki owsiane, mieszanka kompotowa mrożona- wyrób własny) 200ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA, GLUowies),	Botwinka z ziemniakami zabieleną mlekiem 2% 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZziemne, SEL, DWU, SOJ, GOR, GLUżytni), Sos szpinakowy z warzywami i mięsem drobiowym (mięso z udka kurczaka, szpinak, włoszczyzna, olej rzepakowy, śmietana 18%) 300g (MLE, SEL), Makaron pszenny gotowany 200g (GLUpszenny), Woda z cytryną 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta rybna z jajkiem gotowanym (dorsz, jajo gotowane, natka pietruszki, jogurt naturalny-wyrób własny) 70g (MLE, JAJ, RYB), Mix sałat 10g , Pomidor 50g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Jabłko 150g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1956.85 kcal; Białko ogółem: 89.58 g; Tłuszcz: 61.45 g; Węglowodany ogółem: 274.47 g; Błonnik pokarmowy: 25.88 g; WW: 27.56 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 27.43 g; Sód: 2330.96 mg; suma cukrów prostych: 35.94 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-06-04		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Serek kanapkowy 30g (MLE), Polędwica sopocka 40g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, DWU, GOR, ZIA), Salata lodowa 35g, Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Kefir z płatkami zbożowymi i owocami bez cukru (kefir, płatki owsiane, mieszanka kompotowa mrożona- wyrób własny) 200ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA, GLUowies),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami zabieleną mlekiem 2% 350ml (MLE, SEL, GOR), Sos szpinakowy z warzywami i mięsem drobiowym (mięso z udka kurczaka, szpinak, włoszczyzna, olej rzepakowy, śmietana 18%) 300g (MLE, SEL), Makaron razowy gotowany 200g (GLUpszenny, JAJ), Woda z cytryną 300ml ,	Chleb graham 120g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta rybna z jajkiem gotowanym (dorsz, jajo gotowane, natka pietruszki, jogurt naturalny-wyrób własny) 70g (MLE, JAJ, RYB), Mix sałat 10g , Pomidor 50g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Jabłko 150g , Kanapka z serem żółtym (chleb żytni razowy, margaryna, ser żółty) 70g (MLE, GLUżytni),
Wartości odżywcze: Energia: 2088.87 kcal; Białko ogółem: 100.33 g; Tłuszcz: 68.39 g; Węglowodany ogółem: 279.32 g; Błonnik pokarmowy: 33.48 g; WW: 28.07 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 29.92 g; Sód: 1713.68 mg; suma cukrów prostych: 22.24 g;		
piątek 2026-06-05		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA, GLUowies), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta twarogowa z brokułami (twaróg, brokuły, jogurt naturalny- wyrób własny) 70g (MLE), Pomarańcza 150g , Pomidor 50g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Budyń bez cukru 200ml (MLE, GLUpszenny),	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350ml (GLUpszenny, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Ryż biały gotowany z jabłkami 300g (GLUpszenny, GLUjęczmie, GLUżytni, GLUowies, GLUorkisz), Polewa jogurtowa z owocami bez cukru (jogurt naturalny, mieszanka kompotowa, truskawki) 100ml (MLE), Jabłko 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta pomidorowo-marchewkowa z kasza jaglanej z olejem rzepakowym 40g (ORZmigdały, ORZWłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Sałatka jarzynowa (ziemniaki, marchew, seler, jaja, jogurt naturalny, olej rzepakowy- wyrób własny) 80g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Sałata masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (wyrób własny) 60g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SOJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2504.24 kcal; Białko ogółem: 80.85 g; Tłuszcz: 74.74 g; Węglowodany ogółem: 401.26 g; Błonnik pokarmowy: 39.89 g; WW: 39.98 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 37.24 g; Sód: 1820.01 mg; suma cukrów prostych: 55.49 g;		
piątek 2026-06-05		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z płatkami owsianymi 350ml (MLE, ORZmigdały, ORZziemne, SOJ, GOR, ZIA, GLUowies), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta twarogowa z brokułami (twaróg, brokuły, jogurt naturalny- wyrób własny) 70g (MLE), Banan 150g , Pomidor 50g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Budyń bez cukru 200ml (MLE, GLUpszenny),	Solferino z makaronem pszennym zabieleną mlekiem 2% tł. (woda, włoszczyzna, pulpa pomidorowa, koncentrat pomidorowy, makaron) 350ml (MLE, GLUpszenny, SEL, GOR), Ryż biały gotowany z jabłkami 300g (GLUpszenny, GLUjęczmie, GLUżytni, GLUowies, GLUorkisz), Polewa jogurtowa z owocami bez cukru (jogurt naturalny, mieszanka kompotowa, truskawki) 100ml (MLE), Jabłko 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta pomidorowo-marchewkowa z kasza jaglanej z olejem rzepakowym 40g (ORZmigdały, ORZWłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Sałatka jarzynowa (ziemniaki, marchew, seler, jaja, jogurt naturalny, olej rzepakowy- wyrób własny) 80g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Sałata masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Ciasto drożdżowe z kruszonką (wyrób własny) 60g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SOJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2539.44 kcal; Białko ogółem: 74.10 g; Tłuszcz: 77.47 g; Węglowodany ogółem: 407.47 g; Błonnik pokarmowy: 34.42 g; WW: 40.77 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 39.04 g; Sód: 1851.53 mg; suma cukrów prostych: 69.40 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-05		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta twarogowa z brokułami (twaróg, brokuły, jogurt naturalny- wyrób własny) 70g (MLE), Pomarańcza 150g , Pomidor 50g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Budyń bez cukru 200ml (MLE, GLUpszenny),	Zupa jarzynowa z ciecierzycą i ziemniakami 350ml (GLUpszenny, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Ryż brązowy gotowany z jabłkami 300g (GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, ZIA), Polewa jogurtowa z owocami bez cukru (jogurt naturalny, mieszanka kompotowa, truskawki) 100ml (MLE), Jabłko 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb żytni razowy 100g (GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta pomidorowo-marchewkowa z kasza jaglanej z olejem rzepakowym 40g (ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Sałatka jarzynowa (ziemniaki, marchew, seler, jaja, jogurt naturalny, olej rzepakowy- wyrób własny) 80g (MLE, JAJ, SEL, GOR), Sałata masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Kanapka z twarogiem (chleb żytni razowy, margaryna, twaróg, jogurt naturalny) 70g (MLE, GLUżytni),
Wartości odżywcze: Energia: 2126.60 kcal; Białko ogółem: 67.50 g; Tłuszcz: 66.19 g; Węglowodany ogółem: 343.68 g; Błonnik pokarmowy: 45.29 g; WW: 34.27 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 34.21 g; Sód: 1805.66 mg; suma cukrów prostych: 42.61 g;		
sobota 2026-06-06		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z ryżem białym 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Jajo gotowane (nie mniejsze niż 50g) 1szt (JAJ), Parówki drobiowe gotowane 80g (GOR), Musztarda 15g (GOR), Pomidor 60g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa szpinakowa z zacierką pszenną zabieleną makiem 2% tł. 350ml (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, GOR), Pałka z kurczaka pieczona 90g (GLUpszenny, ORZmigdały, SOJ, GOR, ZIA), Sos pietruszkowy (woda, mąka pszenna, natka pietruszki) 100ml (GLUpszenny), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLUjęczmie, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Surówka z fasolki szparagowej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Sałatka ryżowa z z wędliną, warzywami i olejem rzepakowym (marchew, seler, brokuł- wyrób własny) 130g (MLE, GLUpszenny, JAJ, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Jabłko 150g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Podplomyki bez cukru 30g (MLE, GLUpszenny),
Wartości odżywcze: Energia: 2721.70 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 99.27 g; Węglowodany ogółem: 364.10 g; Błonnik pokarmowy: 40.78 g; WW: 36.36 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 35.33 g; Sód: 2560.47 mg; suma cukrów prostych: 30.82 g;		
sobota 2026-06-06		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z ryżem białym 350ml (MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Jajo gotowane (nie mniejsze niż 50g) 1szt (JAJ), Parówki drobiowe gotowane 80g (GOR), Ketchup 15g , Pomidor 60g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa szpinakowa z zacierką pszenną zabieleną makiem 2% tł. 350ml (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, GOR), Pałka z kurczaka duszona 90g , Sos pietruszkowy (woda, mąka pszenna, natka pietruszki) 100ml (GLUpszenny), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLUjęczmie, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Surówka z fasolki szparagowej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Sałatka ryżowa z z wędliną, warzywami i olejem rzepakowym (marchew, seler, brokuł- wyrób własny) 130g (MLE, GLUpszenny, JAJ, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Jabłko 150g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Podplomyki bez cukru 30g (MLE, GLUpszenny),
Wartości odżywcze: Energia: 2676.27 kcal; Białko ogółem: 109.96 g; Tłuszcz: 97.54 g; Węglowodany ogółem: 363.05 g; Błonnik pokarmowy: 38.93 g; WW: 36.24 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 34.89 g; Sód: 2665.10 mg; suma cukrów prostych: 32.26 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-06-06		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Jajo gotowane (nie mniejsze niż 50g) 1szt (JAJ), Parówki drobiowe gotowane 80g (GOR), Musztarda 15g (GOR), Pomidor 60g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Maślanka 200ml (MLE),	Zupa szpinakowa z zacierką pszenną zabieleną mlekiem 2% tł. 350ml (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, GOR), Pałka z kurczaka duszona 90g , Sos pietruszkowy (woda, mąka pszenna, natka pietruszki) 100ml (GLUpszenny), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLUjęczmie, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA), Surówka z fasolki szparagowej z marchewką i olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Salátka ryżowa z z wędliną, warzywami i olejem rzepakowym (marchew, seler, brokuł- wyrób własny) 130g (MLE, GLUpszenny, JAJ, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA), Jabłko 150g , Herbata czarna bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Jogurt naturalny 100g (MLE),
Wartości odżywcze: Energia: 2546.61 kcal; Białko ogółem: 111.03 g; Tłuszcz: 100.57 g; Węglowodany ogółem: 318.92 g; Błonnik pokarmowy: 41.38 g; WW: 31.84 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 36.36 g; Sód: 2285.25 mg; suma cukrów prostych: 27.38 g;		
niedziela 2026-06-07		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (MLE, GLUpszenny, SOJ), Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Kanapkowa schabowa 30g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pasztet drobiowy 40g (GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 60g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Kefir 200ml (MLE),	Rosół z makaronem pszennym 350ml (GLUpszenny, SEL, GOR), Filet z miruny na parze 100g (RYB), Sos koperkowy (woda, mąka pszenna, koper) 100ml (GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z kapusty kiszonej (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy) 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Twarożek z burakiem i pietruszką (wyrób własny) 70g (MLE, SEL, DWU, GOR, GLUżytni), Mandarynka 150g , Salátka masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300g , Posiłek nocny: Biszkopty 30g (GLUpszenny, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2122.15 kcal; Białko ogółem: 94.36 g; Tłuszcz: 61.55 g; Węglowodany ogółem: 319.60 g; Błonnik pokarmowy: 31.90 g; WW: 31.89 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 26.86 g; Sód: 2541.08 mg; suma cukrów prostych: 54.84 g;		
niedziela 2026-06-07		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi 350ml (MLE, GLUpszenny, SOJ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Kanapkowa schabowa 30g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pasztet drobiowy 40g (GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pomidor 60g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Kefir 200ml (MLE),	Rosół z makaronem pszennym 350ml (GLUpszenny, SEL, GOR), Filet z miruny na parze 100g (RYB), Sos koperkowy (woda, mąka pszenna, koper) 100ml (GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z buraczków gotowanych z olejem rzepakowym 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Twarożek z burakiem i pietruszką (wyrób własny) 70g (MLE, SEL, DWU, GOR, GLUżytni), Jabłko 150g , Salátka masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300g , Posiłek nocny: Biszkopty 30g (GLUpszenny, JAJ),
Wartości odżywcze: Energia: 2115.60 kcal; Białko ogółem: 92.44 g; Tłuszcz: 58.84 g; Węglowodany ogółem: 328.74 g; Błonnik pokarmowy: 30.74 g; WW: 32.94 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 26.40 g; Sód: 2308.56 mg; suma cukrów prostych: 58.51 g;		
niedziela 2026-06-07		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Kanapkowa schabowa 30g (MLE, GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Pasztet drobiowy 40g (GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR), Ogórek kiszony 60g , Herbata czarna bez cukru 300ml , II Śniadanie: Kefir 200ml (MLE),	Rosół z makaronem pszennym 350ml (GLUpszenny, SEL, GOR), Filet z miruny na parze 100g (RYB), Sos koperkowy (woda, mąka pszenna, koper) 100ml (GLUpszenny), Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g , Surówka z kapusty kiszonej (kapusta kiszona, marchew, cebula, olej rzepakowy) 150g , Kompot wieloowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny, GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Twarożek z burakiem i pietruszką (wyrób własny) 70g (MLE, SEL, DWU, GOR, GLUżytni), Mandarynka 150g , Salátka masłowa 35g , Herbata ziołowa bez cukru 300g , Posiłek nocny: Kanapka z jajem (chleb żytni razowy, margaryna, jajo) 70g (JAJ, GLUżytni),
Wartości odżywcze: Energia: 2054.29 kcal; Białko ogółem: 97.86 g; Tłuszcz: 65.09 g; Węglowodany ogółem: 291.48 g; Błonnik pokarmowy: 34.24 g; WW: 29.12 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 26.42 g; Sód: 2245.56 mg; suma cukrów prostych: 38.07 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-06-08		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (<i>MLE, GLUjęczmie, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA</i>), Chleb żytni razowy 100g (<i>GLUżytni</i>), Masło 82% 15g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna (wyrób własny) 70g (<i>MLE, JAJ, GOR</i>), Roszponka 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa/ herbata czarna bez cukru 300ml (<i>MLE, GLUpszenny</i>), II Śniadanie: Maślanka 200ml (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 18% tł. 350ml (<i>MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA</i>), Gulasz warzywny z ciecierzycą duszony (włoszczyzna, brokuł, fasolka szparagowa, cukinia, dynia, ciecierzycą) 300g (<i>GLUpszenny, ORZmigdały, SEL, SOJ, GOR, ZIA</i>), Makaron pszenny gotowany 200g (<i>GLUpszenny</i>), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLUpszenny, GLUżytni</i>), Masło 82% 15g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 30g (<i>GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Twarożek z koperkiem i mielonym siemieniem lnianym (wyrób własny) 40g (<i>MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, ZIA</i>), Jabłko 150g , Herbata czarna bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Herbatniki 30g (<i>MLE, GLUpszenny</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2390.21 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 83.64 g; Węglowodany ogółem: 342.97 g; Błonnik pokarmowy: 34.77 g; WW: 34.29 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 32.20 g; Sód: 2064.79 mg; suma cukrów prostych: 50.22 g;		
poniedziałek 2026-06-08		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z kaszą jęczmienną 350ml (<i>MLE, GLUjęczmie, ORZmigdały, ORZwłoskie, SOJ, GOR, ZIA</i>), Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLUpszenny, GLUżytni</i>), Masło 82% 15g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna (wyrób własny) 70g (<i>MLE, JAJ, GOR</i>), Roszponka 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa/ herbata czarna bez cukru 300ml (<i>MLE, GLUpszenny</i>), II Śniadanie: Maślanka 200ml (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 18% tł. 350ml (<i>MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA</i>), Gulasz warzywny duszony (włoszczyzna, brokuł, fasolka szparagowa, cukinia, dynia) 300g (<i>GLUpszenny, ORZmigdały, SEL, SOJ, GOR, ZIA</i>), Makaron pszenny gotowany 200g (<i>GLUpszenny</i>), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (<i>GLUpszenny, GLUżytni</i>), Masło 82% 15g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 30g (<i>GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Twarożek z koperkiem i mielonym siemieniem lnianym (wyrób własny) 40g (<i>MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, ZIA</i>), Jabłko 150g , Herbata czarna bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Herbatniki 30g (<i>MLE, GLUpszenny</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2393.06 kcal; Białko ogółem: 81.43 g; Tłuszcz: 97.24 g; Węglowodany ogółem: 322.22 g; Błonnik pokarmowy: 29.77 g; WW: 32.16 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 33.01 g; Sód: 2097.66 mg; suma cukrów prostych: 51.30 g;		
poniedziałek 2026-06-08		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb żytni razowy 100g (<i>GLUżytni</i>), Masło 82% 15g (<i>MLE</i>), Pasta jajeczna (wyrób własny) 70g (<i>MLE, JAJ, GOR</i>), Roszponka 10g , Pomidor 50g , Kawa zbożowa/ herbata czarna bez cukru 300ml (<i>MLE, GLUpszenny</i>), II Śniadanie: Maślanka 200ml (<i>MLE</i>),	Zupa pomidorowa z ryżem białym zabieleną śmietaną 18% tł. 350ml (<i>MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, SEL, SOJ, GOR, ZIA</i>), Gulasz warzywny z ciecierzycą duszony (włoszczyzna, brokuł, fasolka szparagowa, cukinia, dynia, ciecierzycą) 300g (<i>GLUpszenny, ORZmigdały, SEL, SOJ, GOR, ZIA</i>), Makaron pszenny gotowany 200g (<i>GLUpszenny</i>), Kompot wielowocowy bez cukru 300ml ,	Chleb żytni razowy 100g (<i>GLUżytni</i>), Masło 82% 15g (<i>MLE</i>), Pasztet drobiowy 30g (<i>GLUpszenny, JAJ, SEL, SOJ, GOR</i>), Twarożek z koperkiem i mielonym siemieniem lnianym (wyrób własny) 40g (<i>MLE, GLUpszenny, ORZmigdały, ORZwłoskie, ZIA</i>), Jabłko 150g , Herbata czarna bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Kanapka z ogórkiem (chleb żytni razowy, margaryna, ogórek zielony) 70g (<i>GLUżytni</i>),
Wartości odżywcze: Energia: 2175.10 kcal; Białko ogółem: 84.83 g; Tłuszcz: 82.96 g; Węglowodany ogółem: 298.65 g; Błonnik pokarmowy: 36.01 g; WW: 29.89 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 31.71 g; Sód: 2021.20 mg; suma cukrów prostych: 30.82 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Świdnica Latawiec		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-09		
Dieta: DIETA PODSTAWOWA D01		
Zupa mleczna z zacierką pszenną 350ml (MLE , GLUpszenny , JAJ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny , GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Szynka konserwowa 60g (MLE , GLUpszenny , SEL , SOJ , GOR), Pomarańcza 150g , Salata masłowa 35g , Kakao/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE), II Śniadanie: Kefir z płatkami zbożowymi i owocami bez cukru (kefir, płatki owsiane, mieszanka kompotowa mrożona- wyrób własny) 200ml (MLE , ORZmigdały , ORZziemne , SOJ , GOR , ZIA , GLUowies),	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18% 350ml (MLE , SEL , GOR), Kotlet schabowy panierowany smażony 90g (GLUpszenny , JAJ), Sos pieczeniowy (bulion, mąka pszenna, papryka słodka) 100ml (GLUpszenny), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLUjęczmie , ORZmigdały , ORZWłoskie , SOJ , GOR , ZIA), Surówka z brokuła z fasolą czerwoną, kukurydzą i sosem majonezowo-jogurtowym 150g (MLE , JAJ , GOR), Woda z cytryną 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny , GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta mięsno-warzywna (łopatka wp, włoszczyzna, seler, marchew, brokuł, olej rzepakowy- wyrób własny) 70g (SEL), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2507.62 kcal; Białko ogółem: 108.60 g; Tłuszcz: 78.28 g; Węglowodany ogółem: 366.06 g; Błonnik pokarmowy: 41.54 g; WW: 36.54 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 30.50 g; Sód: 2246.00 mg; suma cukrów prostych: 43.87 g;		
wtorek 2026-06-09		
Dieta: DIETA ŁATWOSTRAWNA D02		
Zupa mleczna z zacierką pszenną 350ml (MLE , GLUpszenny , JAJ), Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny , GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Szynka konserwowa 60g (MLE , GLUpszenny , SEL , SOJ , GOR), Banan 150g , Salata masłowa 35g , Kakao/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE), II Śniadanie: Kefir z płatkami zbożowymi i owocami bez cukru (kefir, płatki owsiane, mieszanka kompotowa mrożona- wyrób własny) 200ml (MLE , ORZmigdały , ORZziemne , SOJ , GOR , ZIA , GLUowies),	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18% 350ml (MLE , SEL , GOR), Bitka ze schabu duszona 90g (GLUpszenny), Sos pieczeniowy (bulion, mąka pszenna, papryka słodka) 100ml (GLUpszenny), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLUjęczmie , ORZmigdały , ORZWłoskie , SOJ , GOR , ZIA), Brokuł gotowany 150g , Woda z cytryną 300ml ,	Chleb pszenno-żytni 100g (GLUpszenny , GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta mięsno-warzywna (łopatka wp, włoszczyzna, seler, marchew, brokuł, olej rzepakowy- wyrób własny) 70g (SEL), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Wafle ryżowe 30g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2451.60 kcal; Białko ogółem: 103.72 g; Tłuszcz: 72.36 g; Węglowodany ogółem: 369.57 g; Błonnik pokarmowy: 36.96 g; WW: 36.99 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 30.13 g; Sód: 2352.68 mg; suma cukrów prostych: 57.18 g;		
wtorek 2026-06-09		
Dieta: DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW D03		
Chleb graham 100g (GLUpszenny , GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Szynka konserwowa 60g (MLE , GLUpszenny , SEL , SOJ , GOR), Pomarańcza 150g , Salata masłowa 35g , Kakao/ herbata czarna bez cukru 300ml (MLE), II Śniadanie: Kefir z płatkami zbożowymi i owocami bez cukru (kefir, płatki owsiane, mieszanka kompotowa mrożona- wyrób własny) 200ml (MLE , ORZmigdały , ORZziemne , SOJ , GOR , ZIA , GLUowies),	Zupa ogórkowa z ziemniakami zabieleną śmietaną 18% 350ml (MLE , SEL , GOR), Bitka ze schabu duszona 90g (GLUpszenny), Sos pieczeniowy (bulion, mąka pszenna, papryka słodka) 100ml (GLUpszenny), Kasza jęczmienna gotowana 200g (GLUjęczmie , ORZmigdały , ORZWłoskie , SOJ , GOR , ZIA), Surówka z brokuła z fasolą czerwoną, kukurydzą i sosem majonezowo-jogurtowym 150g (MLE , JAJ , GOR), Woda z cytryną 300ml ,	Chleb graham 100g (GLUpszenny , GLUżytni), Masło 82% 15g (MLE), Pasta mięsno-warzywna (łopatka wp, włoszczyzna, seler, marchew, brokuł, olej rzepakowy- wyrób własny) 70g (SEL), Pomidor 50g , Mix sałat 10g , Herbata owocowa bez cukru 300ml , Posiłek nocny: Kanapka z serem żółtym (chleb żytni razowy, margaryna, ser żółty) 70g (MLE , GLUżytni),
Wartości odżywcze: Energia: 2389.36 kcal; Białko ogółem: 109.58 g; Tłuszcz: 84.00 g; Węglowodany ogółem: 321.04 g; Błonnik pokarmowy: 42.98 g; WW: 32.06 Por; Nasycone kwasy tłuszczowe: 32.79 g; Sód: 2115.42 mg; suma cukrów prostych: 33.59 g;		