

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-01		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Ser żółty niskotłuszczowy 30g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Actimel 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA), pałka z kurczaka pieczona 2szt (GLUTEN, GORYCZYCA , SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Brokuły na parze 100g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER), Miód 25g 1szt (ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SEZAM), Pomidor 60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2197.79 kcal; Energia: 8952.50 kJ; Białko ogółem: 95.50 g; białko zwierzęce: 58.63 g; białko roślinne: 34.97 g; Tłuszcz: 80.98 g; Węglowodany ogółem: 282.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.94 g; Sód: 2297.05 mg; Potas: 3181.79 mg; Wapń: 532.09 mg; Fosfor: 1267.60 mg; Błonnik pokarmowy: 14.39 g; suma cukrów prostych: 14.05 g; Woda: 762.94 g; Popiół: 14.16 g;		
niedziela 2026-03-01		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Ser żółty niskotłuszczowy 30g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Ser żółty niskotłuszczowy 50g (MLEKO), Actimel 1szt ,	Rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA), pałka z kurczaka pieczona 2szt (GLUTEN, GORYCZYCA , SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Brokuły na parze 100g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER), Miód 25g 1szt (ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SEZAM), Pomidor 60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2305.29 kcal; Energia: 9299.50 kJ; Białko ogółem: 103.20 g; białko zwierzęce: 68.38 g; białko roślinne: 34.97 g; Tłuszcz: 91.28 g; Węglowodany ogółem: 278.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.43 g; Sód: 2353.05 mg; Potas: 3083.29 mg; Wapń: 847.59 mg; Fosfor: 1444.10 mg; Błonnik pokarmowy: 14.39 g; suma cukrów prostych: 9.30 g; Woda: 697.94 g; Popiół: 15.66 g;		
poniedziałek 2026-03-02		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Twarożek 50g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Zupa z mięsem i ziemniakami selerowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER), Makaron duszony z warzywami 300g (GLUTEN, JAJA), Kalafior na parze 100g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Pomidor 60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2724.10 kcal; Energia: 11057.05 kJ; Białko ogółem: 104.54 g; białko zwierzęce: 55.45 g; białko roślinne: 50.12 g; Tłuszcz: 92.05 g; Węglowodany ogółem: 386.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.27 g; Sód: 2378.32 mg; Potas: 3808.18 mg; Wapń: 778.43 mg; Fosfor: 1436.81 mg; Błonnik pokarmowy: 21.06 g; suma cukrów prostych: 31.52 g; Woda: 923.94 g; Popiół: 16.67 g;		
poniedziałek 2026-03-02		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Twarożek 50g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Zupa z mięsem i ziemniakami selerowa 300ml (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA, SELER), Makaron duszony z warzywami 300g (GLUTEN, JAJA), Kalafior na parze 100g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Pomidor 60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2724.10 kcal; Energia: 11057.05 kJ; Białko ogółem: 104.54 g; białko zwierzęce: 55.45 g; białko roślinne: 50.12 g; Tłuszcz: 92.05 g; Węglowodany ogółem: 386.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.27 g; Sód: 2378.32 mg; Potas: 3808.18 mg; Wapń: 778.43 mg; Fosfor: 1436.81 mg; Błonnik pokarmowy: 21.06 g; suma cukrów prostych: 31.52 g; Woda: 923.94 g; Popiół: 16.67 g;		
wtorek 2026-03-03		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 30g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Jogurt biskoptowy 1szt ,	Zupa rosół z makaronem 300ml (GLUTEN, JAJA, SELER), Wątróbka drobiowa w sosie własnym 200g (GLUTEN, PSZENICA), Ziemniaki 200g , Brukselka na parze 100g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa 50g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 60g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2394.89 kcal; Energia: 9692.01 kJ; Białko ogółem: 119.30 g; białko zwierzęce: 80.90 g; białko roślinne: 36.96 g; Tłuszcz: 100.31 g; Węglowodany ogółem: 268.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.10 g; Sód: 2238.37 mg; Potas: 3275.56 mg; Wapń: 731.27 mg; Fosfor: 1725.06 mg; Błonnik pokarmowy: 17.04 g; suma cukrów prostych: 13.24 g; Woda: 828.75 g; Popiół: 16.00 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-03-06		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Rogal maślany 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło 15g, Serek kanapkowy Orzechowy 50g (MLEKO, LAKTOZA, ORZECHY, SERWATKA, ŚMIETANKA), Miód 25g 2szt (ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SEZAM), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Mleczna kanapka 1szt,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO), Filet z miruny na parze 100g (SO2, GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECH WŁ, SOJA, SELER, SEZAM), Ryż biały 200g (SELER), Szpinak na ciepło 80g,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g, Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2040.62 kcal; Energia: 7942.50 kJ; Białko ogółem: 80.59 g; białko zwierzęce: 49.66 g; białko roślinne: 27.49 g; Tłuszcz: 72.98 g; Węglowodany ogółem: 274.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.82 g; Sód: 1629.34 mg; Potas: 2127.65 mg; Wapń: 388.32 mg; Fosfor: 960.23 mg; Błonnik pokarmowy: 11.09 g; suma cukrów prostych: 17.18 g; Woda: 615.32 g; Popiół: 10.82 g;		
piątek 2026-03-06		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Rogal maślany 1szt (MLEKO, GLUTEN, JAJA, SEZAM), Masło 15g, Serek kanapkowy Orzechowy 40g (MLEKO, LAKTOZA, ORZECHY, SERWATKA, ŚMIETANKA), Miód 25g 2szt (ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SEZAM), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Mleczna kanapka 1szt,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO), Filet z miruny na parze 100g (SO2, GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECH WŁ, SOJA, SELER, SEZAM), Ryż biały 200g (SELER), Szpinak na ciepło 80g,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g, Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2016.72 kcal; Energia: 7942.50 kJ; Białko ogółem: 80.01 g; białko zwierzęce: 49.66 g; białko roślinne: 27.49 g; Tłuszcz: 71.28 g; Węglowodany ogółem: 272.48 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 26.82 g; Sód: 1629.34 mg; Potas: 2127.65 mg; Wapń: 388.32 mg; Fosfor: 960.23 mg; Błonnik pokarmowy: 11.09 g; suma cukrów prostych: 17.18 g; Woda: 615.32 g; Popiół: 10.82 g;		
sobota 2026-03-07		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g, Ser żółty półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser Monte 1Por (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, ORZECH WŁ),	Zupa z soczewicy 300g (SOJA, SELER), Pieczeń rzymska 120g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Sos pieczeniowy dietetyczny 100ml (GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g, Bukiet warzyw na parze 80g (SELER),	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g, Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Twarożek z ziołami 40g (MLEKO), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2508.64 kcal; Energia: 9542.39 kJ; Białko ogółem: 117.22 g; białko zwierzęce: 75.74 g; białko roślinne: 40.54 g; Tłuszcz: 113.24 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.96 g; Sód: 3320.78 mg; Potas: 3107.38 mg; Wapń: 844.21 mg; Fosfor: 1402.88 mg; Błonnik pokarmowy: 13.77 g; suma cukrów prostych: 14.48 g; Woda: 798.91 g; Popiół: 17.24 g;		
sobota 2026-03-07		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g, Ser żółty półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser Monte 1Por (MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, ORZECH WŁ),	Zupa z soczewicy 300g (SOJA, SELER), Pieczeń rzymska 120g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Sos pieczeniowy dietetyczny 100ml (GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g, Bukiet warzyw na parze 80g (SELER),	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g, Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Twarożek z ziołami 40g (MLEKO), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2508.64 kcal; Energia: 9542.39 kJ; Białko ogółem: 117.22 g; białko zwierzęce: 75.74 g; białko roślinne: 40.54 g; Tłuszcz: 113.24 g; Węglowodany ogółem: 293.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.96 g; Sód: 3320.78 mg; Potas: 3107.38 mg; Wapń: 844.21 mg; Fosfor: 1402.88 mg; Błonnik pokarmowy: 13.77 g; suma cukrów prostych: 14.48 g; Woda: 798.91 g; Popiół: 17.24 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-03-08		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pasztet drobiowy 1 szt. 1Por (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser mleczno-ryżowy naturalny 1szt ,	Rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA), pałka z kurczaka pieczona 2szt (GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Brokuły na parze 80g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Wędlina - Szyńka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2338.61 kcal; Energia: 9613.23 kJ; Białko ogółem: 114.76 g; białko zwierzęce: 69.95 g; białko roślinne: 35.60 g; Tłuszcz: 95.49 g; Węglowodany ogółem: 267.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.49 g; Sód: 3605.62 mg; Potas: 3004.93 mg; Wapń: 584.02 mg; Fosfor: 1354.99 mg; Błonnik pokarmowy: 13.86 g; suma cukrów prostych: 15.58 g; Woda: 738.79 g; Popiół: 16.77 g;		
niedziela 2026-03-08		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Serek włoski 50g (MLEKO), Pasztet drobiowy 1 szt. 1Por (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser mleczno-ryżowy naturalny 1szt ,	Rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA), pałka z kurczaka pieczona 2szt (GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Brokuły na parze 80g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Wędlina - Szyńka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2338.61 kcal; Energia: 9613.23 kJ; Białko ogółem: 114.76 g; białko zwierzęce: 69.95 g; białko roślinne: 35.60 g; Tłuszcz: 95.49 g; Węglowodany ogółem: 267.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.49 g; Sód: 3605.62 mg; Potas: 3004.93 mg; Wapń: 584.02 mg; Fosfor: 1354.99 mg; Błonnik pokarmowy: 13.86 g; suma cukrów prostych: 15.58 g; Woda: 738.79 g; Popiół: 16.77 g;		
poniedziałek 2026-03-09		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Twaróg krajanka plaster 70g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser z koroną 1szt ,	Rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (SELER), Surówka z marchewki i jabłka 150g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Sałatka jarzynowa z jogurtem 70g (MLEKO, JAJA), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2266.81 kcal; Energia: 9400.93 kJ; Białko ogółem: 83.86 g; białko zwierzęce: 47.92 g; białko roślinne: 34.86 g; Tłuszcz: 66.96 g; Węglowodany ogółem: 340.84 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.67 g; Sód: 2736.73 mg; Potas: 2131.85 mg; Wapń: 434.87 mg; Fosfor: 1117.94 mg; Błonnik pokarmowy: 15.59 g; suma cukrów prostych: 52.13 g; Woda: 631.25 g; Popiół: 11.85 g;		
poniedziałek 2026-03-09		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Twaróg krajanka plaster 70g (MLEKO), Twaróg krajanka plaster 50g (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA), Ryż z jabłkiem i cynamonem 300g (SELER), Surówka z marchewki i jabłka 150g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Sałatka jarzynowa z jogurtem 70g (MLEKO, JAJA), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2310.77 kcal; Energia: 9594.68 kJ; Białko ogółem: 84.16 g; białko zwierzęce: 47.55 g; białko roślinne: 35.53 g; Tłuszcz: 66.60 g; Węglowodany ogółem: 354.62 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.32 g; Sód: 2417.15 mg; Potas: 2514.24 mg; Wapń: 408.66 mg; Fosfor: 1099.77 mg; Błonnik pokarmowy: 17.94 g; suma cukrów prostych: 54.44 g; Woda: 680.93 g; Popiół: 11.85 g;		
wtorek 2026-03-10		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Ser żółty półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa 30g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pudding 1szt (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA), Eskalopki drobiowe w sosie pieczarkowym 80g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Ziemniaki 200g , Brokuły gotowane 80g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Ser żółty półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2253.97 kcal; Energia: 9085.02 kJ; Białko ogółem: 105.52 g; białko zwierzęce: 73.27 g; białko roślinne: 35.53 g; Tłuszcz: 90.97 g; Węglowodany ogółem: 265.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.31 g; Sód: 2700.90 mg; Potas: 3015.09 mg; Wapń: 1057.18 mg; Fosfor: 1567.03 mg; Błonnik pokarmowy: 14.39 g; suma cukrów prostych: 23.94 g; Woda: 806.07 g; Popiół: 17.22 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-03-10		
Dieta: LECZNICA SPECJALNA		
Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Ser żółty półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa 30g (MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), S kyr waniliowy 1szt	Rosół z makaronem 350ml (GLUTEN, JAJA), Eskałopki drobiowe w sosie pieczarkowym 80g (MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Ziemniaki 200g , Brokuły gotowane 80g ,	Chleb baton pszenny 150g (PSZENICA), Masło 15g , Ser żółty półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORYCZYCA , SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
<p>Wartości odżywcze: Energia: 2193.97 kcal; Energia: 8842.02 kJ; Białko ogółem: 109.62 g; białko zwierzęce: 59.57 g; białko roślinne: 35.33 g; Tłuszcz: 84.77 g; Węglowodany ogółem: 260.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.61 g; Sód: 2666.05 mg; Potas: 2907.09 mg; Wapń: 980.18 mg; Fosfor: 1392.03 mg; Błonnik pokarmowy: 14.29 g; suma cukrów prostych: 13.54 g; Woda: 738.07 g; Popiół: 16.52 g;</p>		

Dietetyk

.....