

## Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: LECZNICA PODSTAWA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńska drobiowa 40g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Banan 1szt , Actimel 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Schab pieczony 120g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECHY AR, PSZENICA, SEZAM</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100ml ( <b>GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 150g , Brukselka na parze 150g , Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńska piastowska (Kozłowski) 50g ( <b>SOJA</b> ), Serek wiejski 100g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2535.39 kcal; Energia: 9930.28 kJ; Białko ogółem: 121.29 g; białko zwierzęce: 68.50 g; białko roślinne: 39.65 g; Tłuszcz: 98.17 g; Węglowodany ogółem: 313.10 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.73 g; Sód: 2313.51 mg; Potas: 4364.86 mg; Wapń: 820.20 mg; Fosfor: 1414.04 mg; Błonnik pokarmowy: 24.46 g; suma cukrów prostych: 42.88 g; Woda: 988.19 g; Popiół: 17.39 g;		
<b>sobota 2026-03-21</b>		
<b>Dieta: LECZNICA SPECJALNA</b>		
Chleb pszenno-żytni 120g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńska drobiowa 40g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Actimel 1szt , Banan 1szt ,	Zupa selerowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Schab pieczony 120g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, ORZECHY AR, PSZENICA, SEZAM</b> ), Sos pieczeniowy jasny 100ml ( <b>GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 150g , Brukselka na parze 150g , Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb pszenno-żytni 120g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńska piastowska (Kozłowski) 50g ( <b>SOJA</b> ), Serek wiejski 100g ( <b>MLEKO</b> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2255.79 kcal; Energia: 8760.28 kJ; Białko ogółem: 114.09 g; białko zwierzęce: 68.14 g; białko roślinne: 32.81 g; Tłuszcz: 88.57 g; Węglowodany ogółem: 274.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.12 g; Sód: 2149.11 mg; Potas: 4358.26 mg; Wapń: 813.60 mg; Fosfor: 1413.44 mg; Błonnik pokarmowy: 26.98 g; suma cukrów prostych: 39.58 g; Woda: 983.33 g; Popiół: 17.33 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: LECZNICA PODSTAWA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Ser topiony 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńska drobiowa 40g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Deser Monte 1Por ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, ORZECH WŁ</b> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ), pałka z kurczaka pieczona 2szt ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem 100g ( <b>OWIES</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńska drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Paszтет drobiowy 1 szt. 1Por ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER</b> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2610.48 kcal; Energia: 10732.21 kJ; Białko ogółem: 112.68 g; białko zwierzęce: 74.94 g; białko roślinne: 35.01 g; Tłuszcz: 118.35 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.40 g; Sód: 3267.13 mg; Potas: 3470.51 mg; Wapń: 558.61 mg; Fosfor: 1406.25 mg; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; suma cukrów prostych: 27.52 g; Woda: 829.74 g; Popiół: 16.73 g;		
<b>niedziela 2026-03-22</b>		
<b>Dieta: LECZNICA SPECJALNA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Ser topiony 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńska drobiowa 40g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Deser Monte 1Por ( <b>MLEKO, GLUTEN, ORZECHY AR, ORZ. LASKO, ORZECH WŁ</b> ),	Rosół z makaronem 300ml ( <b>GLUTEN, JAJA</b> ), pałka z kurczaka pieczona 2szt ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA, SELER, SEZAM</b> ), Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem 100g ( <b>OWIES</b> ), Kompot owocowy 250ml ( <b>S02</b> ),	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńska drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Paszтет drobiowy 1 szt. 1Por ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER</b> ), Pomidor 80g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2610.48 kcal; Energia: 10732.21 kJ; Białko ogółem: 112.68 g; białko zwierzęce: 74.94 g; białko roślinne: 35.01 g; Tłuszcz: 118.35 g; Węglowodany ogółem: 290.24 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.40 g; Sód: 3267.13 mg; Potas: 3470.51 mg; Wapń: 558.61 mg; Fosfor: 1406.25 mg; Błonnik pokarmowy: 17.57 g; suma cukrów prostych: 27.52 g; Woda: 829.74 g; Popiół: 16.73 g;		
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: LECZNICA PODSTAWA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Serek włoski 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńska drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Jogurt biszkoptyowy 1szt ,	Zupa z mięsem Selerowa 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Wątróbka drobiowa w sosie własnym 100g ( <b>GLUTEN, PSZENICA</b> ), Gotowany ryż biały 200g ( <b>SELER</b> ), Fasolka szparagowa 100g ,	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńska drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA, SOJA, SELER</b> ), Pomidor 50g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2433.57 kcal; Energia: 10023.09 kJ; Białko ogółem: 112.70 g; białko zwierzęce: 77.22 g; białko roślinne: 32.68 g; Tłuszcz: 98.01 g; Węglowodany ogółem: 286.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.77 g; Sód: 2483.69 mg; Potas: 2553.96 mg; Wapń: 802.01 mg; Fosfor: 1597.96 mg; Błonnik pokarmowy: 13.47 g; suma cukrów prostych: 14.43 g; Woda: 677.82 g; Popiół: 14.53 g;		

## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
<b>poniedziałek 2026-03-23</b>		
<b>Dieta: LECZNICA SPECJALNA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Serek włoski 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Jogurt biszkoptyowy 1szt ,	Zupa z mięsem Selerowa 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Wątróbka drobiowa w sosie własnym 100g ( <b>GLUTEN, PSZENICA</b> ), Gotowany ryż biały 200g ( <b>SELER</b> ), Fasolka szparagowa 100g ,	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Ser żółty półtłusty 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2435.11 kcal; Energia: 10029.24 kJ; Białko ogółem: 112.80 g; białko zwierzęce: 77.22 g; białko roślinne: 32.77 g; Tłuszcz: 98.03 g; Węglowodany ogółem: 287.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.78 g; Sód: 2484.51 mg; Potas: 2582.86 mg; Wapń: 802.93 mg; Fosfor: 1600.12 mg; Błonnik pokarmowy: 13.59 g; suma cukrów prostych: 14.44 g; Woda: 687.53 g; Popiół: 14.58 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: LECZNICA PODSTAWA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Mleczna kanapka 1szt ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Makaron z serem twarogowym i sosem owocowym 350g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA</b> ),	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Jajko gotowane kl. L 1szt ( <b>JAJA</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2397.67 kcal; Energia: 9937.82 kJ; Białko ogółem: 114.39 g; białko zwierzęce: 71.35 g; białko roślinne: 42.63 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.97 g; Sód: 2628.57 mg; Potas: 2472.54 mg; Wapń: 427.22 mg; Fosfor: 1366.21 mg; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; suma cukrów prostych: 37.54 g; Woda: 746.43 g; Popiół: 13.36 g;		
<b>wtorek 2026-03-24</b>		
<b>Dieta: LECZNICA SPECJALNA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleczna kanapka 1szt , Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Makaron z serem twarogowym i sosem owocowym 350g ( <b>MLEKO, GLUTEN, JAJA</b> ),	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Jajko gotowane kl. L 1szt ( <b>JAJA</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2397.67 kcal; Energia: 9937.82 kJ; Białko ogółem: 114.39 g; białko zwierzęce: 71.35 g; białko roślinne: 42.63 g; Tłuszcz: 73.91 g; Węglowodany ogółem: 331.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.97 g; Sód: 2628.57 mg; Potas: 2472.54 mg; Wapń: 427.22 mg; Fosfor: 1366.21 mg; Błonnik pokarmowy: 16.26 g; suma cukrów prostych: 37.54 g; Woda: 746.43 g; Popiół: 13.36 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: LECZNICA PODSTAWA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Twaróg krajanka plaster 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pudding 1 szt. 1Por ( <b>MLEKO</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa ziemniaczana 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Łopatka wieprzowa pieczona 100g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA , ORZECHY AR, SEZAM</b> ), Szpinak na ciepło 100g ,	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Pasztet pieczony 50g , Wędlina - Filet pieczony premium Cedrob 50g , Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2347.13 kcal; Energia: 9564.78 kJ; Białko ogółem: 107.42 g; białko zwierzęce: 77.73 g; białko roślinne: 29.27 g; Tłuszcz: 121.60 g; Węglowodany ogółem: 217.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.26 g; Sód: 2345.04 mg; Potas: 2469.68 mg; Wapń: 459.49 mg; Fosfor: 1283.11 mg; Błonnik pokarmowy: 11.70 g; suma cukrów prostych: 25.87 g; Woda: 719.85 g; Popiół: 13.49 g;		
<b>środa 2026-03-25</b>		
<b>Dieta: LECZNICA SPECJALNA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Twaróg krajanka plaster 50g ( <b>MLEKO</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pudding 1 szt. 1Por ( <b>MLEKO</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa ziemniaczana 300ml ( <b>MLEKO</b> ), Łopatka wieprzowa pieczona 100g ( <b>GLUTEN, GORYCZYCA , ORZECHY AR, SEZAM</b> ), Szpinak na ciepło 100g ,	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Pasztet pieczony 50g , Wędlina - Filet pieczony premium Cedrob 50g , Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2347.13 kcal; Energia: 9564.78 kJ; Białko ogółem: 107.42 g; białko zwierzęce: 77.73 g; białko roślinne: 29.27 g; Tłuszcz: 121.60 g; Węglowodany ogółem: 217.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.26 g; Sód: 2345.04 mg; Potas: 2469.68 mg; Wapń: 459.49 mg; Fosfor: 1283.11 mg; Błonnik pokarmowy: 11.70 g; suma cukrów prostych: 25.87 g; Woda: 719.85 g; Popiół: 13.49 g;		





## Jadłospis dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczerek	Kolacja Posiłek nocny
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: LECZNICA PODSTAWA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ), Mleczna kanapka 1szt ,	Zupa krupnik bez mięsa z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300ml ( <b>JĘCZMIEN</b> ), Kluski leniwe z masłem i cukrem 350g ( <b>JAJA, PSZENICA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 100g 1Por ,	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Jajko gotowane kl. L 1szt ( <b>JAJA</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2422.61 kcal; Energia: 10007.19 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; białko zwierzęce: 39.59 g; białko roślinne: 28.63 g; Tłuszcz: 83.70 g; Węglowodany ogółem: 323.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Sód: 2565.54 mg; Potas: 2002.39 mg; Wapń: 260.60 mg; Fosfor: 910.51 mg; Błonnik pokarmowy: 12.92 g; suma cukrów prostych: 28.90 g; Woda: 484.29 g; Popiół: 10.64 g;		
<b>wtorek 2026-03-31</b>		
<b>Dieta: LECZNICA SPECJALNA</b>		
Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa 50g ( <b>MLEKO, GLUTEN, GORYCZYCA , LAKTOZA, SOJA, SELER</b> ), Mleczna kanapka 1szt , Mleko 2% 100ml ( <b>MLEKO</b> ),	Zupa krupnik bez mięsa z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300ml ( <b>JĘCZMIEN</b> ), Kluski leniwe z masłem i cukrem 350g ( <b>JAJA, PSZENICA</b> ), Surówka z marchewki i jabłka 100g 1Por ,	Chleb baton pszenny 150g ( <b>PSZENICA</b> ), Masło 20g , Jajko gotowane kl. L 1szt ( <b>JAJA</b> ), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 50g ( <b>GORYCZYCA , SOJA, SELER</b> ), Pomidor 60g ,
<b>Wartości odżywcze:</b> Energia: 2422.61 kcal; Energia: 10007.19 kJ; Białko ogółem: 97.13 g; białko zwierzęce: 39.59 g; białko roślinne: 28.63 g; Tłuszcz: 83.70 g; Węglowodany ogółem: 323.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.63 g; Sód: 2565.54 mg; Potas: 2002.39 mg; Wapń: 260.60 mg; Fosfor: 910.51 mg; Błonnik pokarmowy: 12.92 g; suma cukrów prostych: 28.90 g; Woda: 484.29 g; Popiół: 10.64 g;		

Dietetyk

.....