

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-06-21 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - filet królewski z indyka 40g (SOJA), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser monte 150g (Zott) 1szt (MLEKO, ORZ. LASKO, ORZECH WL),	Rosół z makaronem 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Pałka z kurczaka gotowana posypana ziołami 2szt , Ziemniaki 200g , Fasolka szparagowa 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Filet pieczony premium (Cedrob) 40g , Ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1999.80 kcal; Energia: 8193.41 kJ; Białko ogółem: 94.22 g; białko zwierzęce: 64.99 g; białko roślinne: 26.44 g; Tłuszcz: 89.46 g; Węglowodany ogółem: 217.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.85 g; Sód: 2599.09 mg; Potas: 2664.23 mg; Wapń: 566.60 mg; Fosfor: 1065.11 mg; Błonnik pokarmowy: 13.51 g; suma cukrów prostych: 13.07 g; Woda: 664.75 g; Popiół: 11.45 g;		
poniedziałek 2026-06-22 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Jogurt biskoptowy 120g (Danone) 1szt (MLEKO, JAJA, GLUTEN),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem 350ml (GLUTEN, JĘCZMIEN, SELER), Racuchy z jabłkiem pieczone 7 szt. 300g (JAJA, MLEKO, PSZENICA), Dynia kostka na parze 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Filet zapiekany z indyka (Giżewski) 40g (GORCZYCA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2419.83 kcal; Energia: 6766.92 kJ; Białko ogółem: 88.11 g; białko zwierzęce: 40.13 g; białko roślinne: 22.13 g; Tłuszcz: 104.43 g; Węglowodany ogółem: 286.68 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.30 g; Sód: 1710.86 mg; Potas: 1986.76 mg; Wapń: 655.85 mg; Fosfor: 942.95 mg; Błonnik pokarmowy: 12.51 g; suma cukrów prostych: 14.35 g; Woda: 537.72 g; Popiół: 9.93 g;		
wtorek 2026-06-23 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Wędlina - Polędwica premium z indyka 40g (MLEKO, PSZENICA, SOJA), Pudding serduszko 125g (Zott) 1szt (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa kalarepkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym 80g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Kalafior na parze z ziołami 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Serek fromage górski przysmak (Sobik) 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1940.66 kcal; Energia: 7951.06 kJ; Białko ogółem: 92.26 g; białko zwierzęce: 62.32 g; białko roślinne: 29.46 g; Tłuszcz: 81.47 g; Węglowodany ogółem: 223.16 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.16 g; Sód: 1931.25 mg; Potas: 3376.13 mg; Wapń: 424.14 mg; Fosfor: 1282.32 mg; Błonnik pokarmowy: 15.01 g; suma cukrów prostych: 24.26 g; Woda: 908.68 g; Popiół: 13.44 g;		
środa 2026-06-24 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Serek włoski (Sierpc) 55g (MLEKO), Wędlina - Polędwica premium z indyka 40g (MLEKO, PSZENICA, SOJA), Deser z koroną 175g (Zott) 1szt (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pyzy z mięsem z masłem 250g (MLEKO, JAJA, SELER, GLUTEN), Bukiet warzyw na parze z ziołami 80g (SELER),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Serek fromage górski przysmak (Sobik) 40g (MLEKO), Wędlina - filet królewski z indyka 40g (SOJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1995.40 kcal; Energia: 8385.75 kJ; Białko ogółem: 70.42 g; białko zwierzęce: 41.74 g; białko roślinne: 28.34 g; Tłuszcz: 79.31 g; Węglowodany ogółem: 263.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.21 g; Sód: 1627.91 mg; Potas: 2909.91 mg; Wapń: 440.51 mg; Fosfor: 1042.65 mg; Błonnik pokarmowy: 15.79 g; suma cukrów prostych: 31.39 g; Woda: 789.19 g; Popiół: 10.59 g;		
czwartek 2026-06-25 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty z koperkiem 40g (MLEKO), Wędlina - Filet pieczony premium (Cedrob) 40g , Ciasteczko biskoptowe "LUBIŚ" 30g (Mondelez) 1szt (MLEKO, JAJA, SOJA, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Naleśniki z twarogiem i miodem 2szt (MLEKO, JAJA, GLUTEN), Marchewka gotowana 80g (GLUTEN),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Polędwica premium z indyka 40g (MLEKO, PSZENICA, SOJA), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1983.13 kcal; Energia: 8281.70 kJ; Białko ogółem: 83.49 g; białko zwierzęce: 61.72 g; białko roślinne: 20.44 g; Tłuszcz: 75.50 g; Węglowodany ogółem: 248.93 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.96 g; Sód: 1624.49 mg; Potas: 1898.82 mg; Wapń: 788.51 mg; Fosfor: 1104.54 mg; Błonnik pokarmowy: 10.15 g; suma cukrów prostych: 27.83 g; Woda: 534.77 g; Popiół: 8.86 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-06-26		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Rogal maślany 1szt (MLEKO, JAJA, SEZAM, GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Miód 25g (Królowa Pszczół) 2szt , Twarożek półtłusty waniliowy 50g (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Mleczna kanapka 29g (Zott) 1szt (MLEKO, ORZECHY, GLUTEN),	Rosół z makaronem 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Filet z miruny pieczony z cytryną i koperkiem 100g (S02, GLUTEN, GORCZYCA, ORZECH WL, RYBY, SOJA, SELER, SEZAM, CYTRUSY), Ziemniaki 200g , Bukiet warzyw na parze z ziołami 80g (SELER),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Polędwica premium z indyka 40g (MLEKO, PSZENICA, SOJA), Twaróg krajanka półtłusty posypyany szczypiorkiem 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1789.46 kcal; Energia: 7427.80 kJ; Białko ogółem: 85.19 g; białko zwierzęce: 59.57 g; białko roślinne: 25.24 g; Tłuszcz: 58.43 g; Węglowodany ogółem: 241.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 25.79 g; Sód: 1071.14 mg; Potas: 2875.16 mg; Wapń: 399.43 mg; Fosfor: 1066.25 mg; Błonnik pokarmowy: 13.42 g; suma cukrów prostych: 25.70 g; Woda: 738.57 g; Popiół: 10.09 g;		
sobota 2026-06-27		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Skyr waniliowy 1szt (MLEKO),	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pulpet drobiowy 100g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Sos pieczeniowy dietetyczny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Gotowana kasza jęczmienna 150g (GLUTEN, JĘCZMIEN), Szpinak na ciepło 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2096.98 kcal; Energia: 8605.09 kJ; Białko ogółem: 114.57 g; białko zwierzęce: 66.62 g; białko roślinne: 30.52 g; Tłuszcz: 82.37 g; Węglowodany ogółem: 239.83 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.21 g; Sód: 2157.10 mg; Potas: 2757.73 mg; Wapń: 731.57 mg; Fosfor: 1463.71 mg; Błonnik pokarmowy: 17.65 g; suma cukrów prostych: 11.64 g; Woda: 716.47 g; Popiół: 14.32 g;		
niedziela 2026-06-28		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasztet drobiowo-wieprzowy 1szt (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER), Wędlina - Szyńka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Rosół z makaronem krajanka 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), pałka z kurczaka pieczona 2szt (GLUTEN, GORCZYCA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Marchewka gotowana oprószana 80g (GLUTEN),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - filet królewski z indyka 40g (SOJA), Twarożek półtłusty z ziołami 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2015.56 kcal; Energia: 8257.24 kJ; Białko ogółem: 89.04 g; białko zwierzęce: 59.77 g; białko roślinne: 27.88 g; Tłuszcz: 77.74 g; Węglowodany ogółem: 253.39 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.02 g; Sód: 2287.45 mg; Potas: 3699.93 mg; Wapń: 330.87 mg; Fosfor: 1136.02 mg; Błonnik pokarmowy: 17.18 g; suma cukrów prostych: 30.28 g; Woda: 737.09 g; Popiół: 12.40 g;		
poniedziałek 2026-06-29		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 40g (MLEKO), Wędlina - filet królewski z indyka 40g (SOJA), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Serek homogenizowany waniliowy 150g (Rolmlecz) 1szt (MLEKO),	Zupa rosół z makaronem 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Makaron z serem twarogowym i masłem 300g (MLEKO, JAJA, GLUTEN), Dynia kostka na parze z ziołami 80g ,	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek wiejski (pakowany jednorcujowo) 40g (MLEKO), Wędlina - Szyńka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2135.02 kcal; Energia: 8765.47 kJ; Białko ogółem: 109.38 g; białko zwierzęce: 73.56 g; białko roślinne: 31.42 g; Tłuszcz: 85.24 g; Węglowodany ogółem: 244.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 45.81 g; Sód: 2318.67 mg; Potas: 1762.90 mg; Wapń: 734.31 mg; Fosfor: 1258.46 mg; Błonnik pokarmowy: 14.12 g; suma cukrów prostych: 16.95 g; Woda: 602.87 g; Popiół: 11.32 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-06-30		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Ciasteczko biszkoptowe "LUBIŚ" 30g (Mondelez) 1szt (MLEKO, JAJA, SOJA, GLUTEN),	Zupa jarzynowa 3-składnikowa 350ml (MLEKO, SELER), Schab pieczony w sosie własnym 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g, Bukiet warzyw na parze z ziołami 80g (SELER),	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek włoski (Sierpc) 55g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1782.58 kcal; Energia: 7206.21 kJ; Białko ogółem: 96.32 g; białko zwierzęce: 69.22 g; białko roślinne: 24.72 g; Tłuszcz: 66.55 g; Węglowodany ogółem: 212.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 27.49 g; Sód: 1682.36 mg; Potas: 3344.66 mg; Wapń: 363.87 mg; Fosfor: 1241.57 mg; Błonnik pokarmowy: 15.07 g; suma cukrów prostych: 14.48 g; Woda: 810.68 g; Popiół: 12.20 g;		