

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-07-11		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Jogurt biskoptowy 120g (Danone) 1szt (MLEKO, JAJA, GLUTEN), ,	Zupa kalarepkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Udko z kurczaka pieczone 150g (GLUTEN, GORCZYCA, SELER, SEZAM), Sos myśliwski dietetyczny 80g (JAJA, GLUTEN, GORCZYCA, SELER), Gotowana kasza jęczmienna 200g (GLUTEN, JĘCZMIEN), Kalafior na parze 80g	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Serek wiejski (pakowany jednorcujowo) 50g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2357.54 kcal; Energia: 8013.34 kJ; Białko ogółem: 114.83 g; białko zwierzęce: 39.48 g; białko roślinne: 32.05 g; Tłuszcz: 98.68 g; Węglowodany ogółem: 270.71 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 29.76 g; Sód: 1780.54 mg; Potas: 2248.16 mg; Wapń: 638.15 mg; Fosfor: 1152.18 mg; Błonnik pokarmowy: 19.18 g; suma cukrów prostych: 12.06 g; Woda: 582.34 g; Popiół: 12.00 g;		
niedziela 2026-07-12		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twaróg krajanka półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), 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 - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pasztet drobiowo-wieprzowy 1szt (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2006.72 kcal; Energia: 8208.57 kJ; Białko ogółem: 95.23 g; białko zwierzęce: 64.19 g; białko roślinne: 28.26 g; Tłuszcz: 88.53 g; Węglowodany ogółem: 220.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.46 g; Sód: 2070.15 mg; Potas: 3100.74 mg; Wapń: 331.92 mg; Fosfor: 1198.14 mg; Błonnik pokarmowy: 14.66 g; suma cukrów prostych: 14.42 g; Woda: 724.75 g; Popiół: 12.48 g;		
poniedziałek 2026-07-13		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Serek włoski (Sierpc) 55g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Zupa z mięsem Selerowa 350ml (MLEKO, SELER), Makaron z kurczakiem i warzywami w sosie jogurtowym 300g (MLEKO, JAJA, SELER, GLUTEN), Bukiet warzyw na parze 80g (SELER),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2172.75 kcal; Energia: 9038.03 kJ; Białko ogółem: 109.58 g; białko zwierzęce: 77.22 g; białko roślinne: 30.75 g; Tłuszcz: 84.55 g; Węglowodany ogółem: 256.29 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.50 g; Sód: 2775.77 mg; Potas: 3309.28 mg; Wapń: 710.95 mg; Fosfor: 1408.28 mg; Błonnik pokarmowy: 14.15 g; suma cukrów prostych: 32.44 g; Woda: 797.13 g; Popiół: 15.37 g;		
wtorek 2026-07-14		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Serek homogenizowany waniliowy 150g (Rolmlecz) 1szt (MLEKO),	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Gołąbek bez zawijania 100g (SELER), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Bukiet warzyw na parze z ziołami 80g (SELER),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1806.26 kcal; Energia: 7284.08 kJ; Białko ogółem: 91.63 g; białko zwierzęce: 68.59 g; białko roślinne: 24.20 g; Tłuszcz: 89.61 g; Węglowodany ogółem: 171.22 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.68 g; Sód: 2278.39 mg; Potas: 2315.24 mg; Wapń: 795.18 mg; Fosfor: 1251.33 mg; Błonnik pokarmowy: 13.59 g; suma cukrów prostych: 14.54 g; Woda: 754.07 g; Popiół: 13.66 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-07-15		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Pudding 1 szt. 1Por (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Bitka schabowa duszona w sosie własnym 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Marchewka z groszkiem 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1993.05 kcal; Energia: 8000.17 kJ; Białko ogółem: 111.40 g; białko zwierzęce: 87.33 g; białko roślinne: 24.89 g; Tłuszcz: 84.46 g; Węglowodany ogółem: 208.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.04 g; Sód: 1823.42 mg; Potas: 3630.26 mg; Wapń: 737.04 mg; Fosfor: 1586.40 mg; Błonnik pokarmowy: 14.68 g; suma cukrów prostych: 23.64 g; Woda: 873.43 g; Popiół: 14.45 g;		
czwartek 2026-07-16		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczna z tuńczykiem 40g (MLEKO, GORCZYCA, JAJA, RYBY), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleczna kanapka 29g (Zott) 1szt (MLEKO, ORZECHY, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Kluski leniwe z masłem i cukrem 300g (MLEKO, JAJA, GLUTEN), Dynia kostka 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - filet królewski z indyka 40g (SOJA), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1973.41 kcal; Energia: 8117.56 kJ; Białko ogółem: 82.11 g; białko zwierzęce: 39.86 g; białko roślinne: 19.47 g; Tłuszcz: 80.77 g; Węglowodany ogółem: 234.18 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.72 g; Sód: 1845.47 mg; Potas: 1751.11 mg; Wapń: 651.86 mg; Fosfor: 833.40 mg; Błonnik pokarmowy: 9.83 g; suma cukrów prostych: 22.88 g; Woda: 509.63 g; Popiół: 9.53 g;		
piątek 2026-07-17		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Rogal maślany 1szt (MLEKO, JAJA, SEZAM, GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Miód 25g (Królowa Pszczół) 1szt , Twarożek półtłusty waniliowy 40g (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Ciasteczko biszkoptowe "LUBIŚ" 30g (Mondelez) 1szt (MLEKO, JAJA, SOJA, GLUTEN),	Zupa rosół z makaronem 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Filet z miruny pieczony 100g (S02, GLUTEN, GORCZYCA, ORZECZ WŁ, RYBY, SOJA, SELER, SEZAM, CYTRUSY), Ziemniaki 200g , Brukselka na parze 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Pasztet drobiowo-wieprzowy 1szt (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, PSZENICA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1913.19 kcal; Energia: 7832.74 kJ; Białko ogółem: 86.16 g; białko zwierzęce: 57.46 g; białko roślinne: 26.87 g; Tłuszcz: 75.63 g; Węglowodany ogółem: 234.85 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 30.51 g; Sód: 1735.01 mg; Potas: 2910.64 mg; Wapń: 363.10 mg; Fosfor: 1004.07 mg; Błonnik pokarmowy: 14.32 g; suma cukrów prostych: 22.64 g; Woda: 688.89 g; Popiół: 12.22 g;		
sobota 2026-07-18		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 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), Filet z kurczaka duszony w sosie własnym 100g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Gotowana kasza jęczmienna 200g (GLUTEN, JĘCZMIEN), Brukselka gotowana 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2213.48 kcal; Energia: 9096.73 kJ; Białko ogółem: 106.12 g; białko zwierzęce: 72.51 g; białko roślinne: 32.35 g; Tłuszcz: 84.47 g; Węglowodany ogółem: 275.17 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.02 g; Sód: 2413.58 mg; Potas: 2869.17 mg; Wapń: 916.42 mg; Fosfor: 1540.87 mg; Błonnik pokarmowy: 20.91 g; suma cukrów prostych: 12.09 g; Woda: 630.43 g; Popiół: 15.38 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-19		
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 z koroną 175g (Zott) 1szt (MLEKO),	Rosół z makaronem 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Schab pieczony w sosie własnym 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Marchewka gotowana oprószana 80g (GLUTEN),	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: 2001.22 kcal; Energia: 8199.48 kJ; Białko ogółem: 95.53 g; białko zwierzęce: 69.15 g; białko roślinne: 25.27 g; Tłuszcz: 82.21 g; Węglowodany ogółem: 229.77 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.55 g; Sód: 2647.47 mg; Potas: 2880.99 mg; Wapń: 641.48 mg; Fosfor: 1128.79 mg; Błonnik pokarmowy: 13.60 g; suma cukrów prostych: 28.83 g; Woda: 653.97 g; Popiół: 11.46 g;		
poniedziałek 2026-07-20		
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), Skyr waniliowy 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i mięsem 350ml (GLUTEN, JĘCZMIEN, SELER), Pancake z twarożkiem i jabłkiem prażonym 4szt (MLEKO, S02, JAJA, GLUTEN), Dynia kostka 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: 2085.63 kcal; Energia: 6955.12 kJ; Białko ogółem: 105.35 g; białko zwierzęce: 47.61 g; białko roślinne: 22.25 g; Tłuszcz: 83.95 g; Węglowodany ogółem: 238.63 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 32.26 g; Sód: 1729.05 mg; Potas: 2073.96 mg; Wapń: 694.65 mg; Fosfor: 1036.55 mg; Błonnik pokarmowy: 13.15 g; suma cukrów prostych: 21.11 g; Woda: 597.40 g; Popiół: 10.33 g;		