

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-07-21 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasta twarogowa z koperkiem 40g (MLEKO), Wędlina - Polędwica premium z indyka 40g (MLEKO, PSZENICA, SOJA), Pudding serduszko 125g (Zott) 1szt (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa szpinakowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pulpet drobiowy w sosie pietruszkowym 80g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , 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 - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1950.57 kcal; Energia: 8050.80 kJ; Białko ogółem: 96.02 g; białko zwierzęce: 65.02 g; białko roślinne: 30.45 g; Tłuszcz: 80.09 g; Węglowodany ogółem: 226.28 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.32 g; Sód: 1902.40 mg; Potas: 3446.63 mg; Wapń: 509.14 mg; Fosfor: 1293.33 mg; Błonnik pokarmowy: 16.69 g; suma cukrów prostych: 25.74 g; Woda: 919.94 g; Popiół: 13.87 g;		
środa 2026-07-22 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 cukiniowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Kluski leniwe z masłem i cukrem 250g (MLEKO, JAJA, GLUTEN), Brukselka na parze 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasztet pieczony 40g , Wędlina - filet królewski z indyka 40g (SOJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2046.91 kcal; Energia: 8376.99 kJ; Białko ogółem: 85.55 g; białko zwierzęce: 40.99 g; białko roślinne: 24.12 g; Tłuszcz: 80.42 g; Węglowodany ogółem: 252.33 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 36.79 g; Sód: 1706.83 mg; Potas: 2105.98 mg; Wapń: 385.04 mg; Fosfor: 818.85 mg; Błonnik pokarmowy: 12.00 g; suma cukrów prostych: 38.03 g; Woda: 615.12 g; Popiół: 9.13 g;		
czwartek 2026-07-23 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty ze szczypiorkiem 40g (MLEKO), Wędlina - Filet pieczony premium (Cedrob) 40g , Ciasteczko biszkoptowe "LUBIŚ" 30g (Mondelez) 1szt (MLEKO, JAJA, SOJA, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa ziemniaczana 350ml (MLEKO, SELER), Schab pieczony 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Brokuły na parze 80g ,	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: 1670.80 kcal; Energia: 6940.18 kJ; Białko ogółem: 86.25 g; białko zwierzęce: 65.13 g; białko roślinne: 20.31 g; Tłuszcz: 77.36 g; Węglowodany ogółem: 165.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.32 g; Sód: 1515.22 mg; Potas: 2031.08 mg; Wapń: 645.67 mg; Fosfor: 1057.17 mg; Błonnik pokarmowy: 10.06 g; suma cukrów prostych: 12.36 g; Woda: 550.68 g; Popiół: 9.19 g;		
piątek 2026-07-24 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, ORZECZY, GLUTEN),	Rosół z makaronem 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Naleśniki z twarogiem i jabłiem prażonym 2szt (MLEKO, S02, JAJA, GLUTEN), Surówka z marchewki 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Polędwica premium z indyka 40g (MLEKO, PSZENICA, SOJA), Twaróg krajanka półtłusty 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1828.15 kcal; Energia: 7763.22 kJ; Białko ogółem: 76.42 g; białko zwierzęce: 54.58 g; białko roślinne: 21.84 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodany ogółem: 246.14 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.06 g; Sód: 1027.15 mg; Potas: 1580.79 mg; Wapń: 467.38 mg; Fosfor: 1002.36 mg; Błonnik pokarmowy: 9.81 g; suma cukrów prostych: 50.12 g; Woda: 597.62 g; Popiół: 7.12 g;		
sobota 2026-07-25 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),	Rosół z ziemniakami 350ml (SELER), Kotlet siekany z kurczaka z warzywami 150g (GLUTEN, JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SEZAM), Sos pieczeniowy dietetyczny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Gotowana kasza jaglana 200g , 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), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2359.91 kcal; Energia: 9583.56 kJ; Białko ogółem: 135.28 g; białko zwierzęce: 83.18 g; białko roślinne: 35.23 g; Tłuszcz: 88.43 g; Węglowodany ogółem: 269.26 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.03 g; Sód: 1947.89 mg; Potas: 3309.56 mg; Wapń: 596.71 mg; Fosfor: 1687.41 mg; Błonnik pokarmowy: 16.13 g; suma cukrów prostych: 10.86 g; Woda: 854.19 g; Popiół: 14.44 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-07-26		
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 - Szynka 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, Gotowana Fasolka szparagowa 80g,	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: 1973.09 kcal; Energia: 8083.32 kJ; Białko ogółem: 88.99 g; białko zwierzęce: 59.77 g; białko roślinne: 29.22 g; Tłuszcz: 77.53 g; Węglowodany ogółem: 244.07 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.00 g; Sód: 2182.45 mg; Potas: 3372.86 mg; Wapń: 315.01 mg; Fosfor: 1105.76 mg; Błonnik pokarmowy: 15.76 g; suma cukrów prostych: 30.03 g; Woda: 794.74 g; Popiół: 12.68 g;		
poniedziałek 2026-07-27		
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 (Rolmlec) 1szt (MLEKO),	Rosół z ryżem 350ml (SELER), Knedle z owocami masłem i cukrem 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, TRUSKAWKI), Dynia kostka 80g,	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek wiejski (pakowany jednoporcjowo) 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, LAKTOZA, SOJA, SELER), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2029.11 kcal; Energia: 8325.32 kJ; Białko ogółem: 82.54 g; białko zwierzęce: 52.69 g; białko roślinne: 25.45 g; Tłuszcz: 88.57 g; Węglowodany ogółem: 240.27 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.45 g; Sód: 2301.24 mg; Potas: 2243.55 mg; Wapń: 623.30 mg; Fosfor: 1026.16 mg; Błonnik pokarmowy: 15.80 g; suma cukrów prostych: 30.84 g; Woda: 705.76 g; Popiół: 11.84 g;		
wtorek 2026-07-28		
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 "LUBIS" 30g (Mondelez) 1szt (MLEKO, JAJA, SOJA, GLUTEN),	Zupa kalarepkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pieczeń rzymska 100g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki 200g, Puree kalafiorowe z ziołami 80g,	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: 1914.59 kcal; Energia: 7111.23 kJ; Białko ogółem: 92.40 g; białko zwierzęce: 62.23 g; białko roślinne: 27.55 g; Tłuszcz: 80.22 g; Węglowodany ogółem: 221.19 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.40 g; Sód: 2078.61 mg; Potas: 3407.55 mg; Wapń: 348.79 mg; Fosfor: 1202.49 mg; Błonnik pokarmowy: 17.21 g; suma cukrów prostych: 14.01 g; Woda: 904.81 g; Popiół: 14.11 g;		
środa 2026-07-29		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleczna kanapka 29g (Zott) 1szt (MLEKO, ORZECHY, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Bitka z szynki duszona w sosie własnym 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Kluski śląskie 200g, 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 - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2247.11 kcal; Energia: 8951.88 kJ; Białko ogółem: 89.92 g; białko zwierzęce: 61.73 g; białko roślinne: 26.82 g; Tłuszcz: 115.88 g; Węglowodany ogółem: 225.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 54.57 g; Sód: 2554.49 mg; Potas: 3085.63 mg; Wapń: 542.84 mg; Fosfor: 1223.72 mg; Błonnik pokarmowy: 15.57 g; suma cukrów prostych: 12.31 g; Woda: 762.00 g; Popiół: 14.88 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-07-30		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty z koperkiem 40g (MLEKO), Wędlina - Szynka drobiowa gotowana Duda 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Ciasteczko biszkoptowe "LUBIŚ" 30g (Mondelez) 1szt (MLEKO, JAJA, SOJA, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pancake z twarogiem i jabłkiem prażonym 4szt (MLEKO, S02, JAJA, GLUTEN), Surówka z marchewki 150g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina - Polędwica z majerankiem 40g (GORCZYCA, SELER), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2120.41 kcal; Energia: 6845.05 kJ; Białko ogółem: 87.65 g; białko zwierzęce: 52.27 g; białko roślinne: 23.95 g; Tłuszcz: 91.33 g; Węglowodany ogółem: 251.82 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.70 g; Sód: 2103.31 mg; Potas: 2778.92 mg; Wapń: 706.19 mg; Fosfor: 1098.43 mg; Błonnik pokarmowy: 16.54 g; suma cukrów prostych: 21.30 g; Woda: 778.29 g; Popiół: 11.99 g;		
piątek 2026-07-31		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Rogal maślany 1szt (MLEKO, JAJA, SEZAM, GLUTEN), Masło 15g (MLEKO), Miód 25g (Królowa Pszczół) 2szt , Twarożek półtłusty waniliowy 40g (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Jogurt biszkoptowy 120g (Danone) 1szt (MLEKO, JAJA, GLUTEN),	Zupa pomidorowa z makaronem krajanka 350ml (MLEKO, JAJA, SELER, GLUTEN), Filet z miruny pieczony z cytryną i koperkiem 100g (S02, GLUTEN, GORCZYCA, ORZECH WŁ, RYBY, SOJA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Puree groszkowe 80g (MLEKO),	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: 2242.01 kcal; Energia: 9202.20 kJ; Białko ogółem: 98.36 g; białko zwierzęce: 64.78 g; białko roślinne: 29.53 g; Tłuszcz: 90.01 g; Węglowodany ogółem: 273.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.85 g; Sód: 2214.54 mg; Potas: 3446.43 mg; Wapń: 668.10 mg; Fosfor: 1213.50 mg; Błonnik pokarmowy: 16.10 g; suma cukrów prostych: 25.43 g; Woda: 840.99 g; Popiół: 14.86 g;		