

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-08-21 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), Banan 1szt ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Naleśniki z twarogiem i miodem 2szt (JAJA, MLEKO, GLUTEN, PSZENICA), Surówka z marchewki 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), wędlina drobiowa - Szynkowa z indyka (Nikpol) 40g , Pasztet drobiowo-wieprzowy (Rolnik) 1szt , Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2130.82 kcal; Energia: 6999.99 kJ; Białko ogółem: 70.09 g; białko zwierzęce: 21.41 g; białko roślinne: 22.85 g; Tłuszcz: 59.60 g; Węglowodany ogółem: 340.31 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 28.73 g; Sód: 919.19 mg; Potas: 2812.58 mg; Wapń: 318.89 mg; Fosfor: 667.37 mg; Błonnik pokarmowy: 15.16 g; suma cukrów prostych: 41.65 g; Woda: 701.17 g; Popiół: 9.17 g;		
sobota 2026-08-22 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twaróg krajanka półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynkowa dębowa drobiowa (Nikpol) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Mleczna kanapka 29g (Zott) 1szt (MLEKO, ORZECHY, GLUTEN),	Zupa rosół z ziemniakami kostką 350ml (SELER), Pieczeń rzymska 100g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SELER, SEZAM), Sos pieczeniowy dietetyczny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Kalafior gotowany 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), wędlina drobiowa - Szynka z piersią indyczą (Indykpol) 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, SELER), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2152.30 kcal; Energia: 7379.36 kJ; Białko ogółem: 94.85 g; białko zwierzęce: 52.09 g; białko roślinne: 27.71 g; Tłuszcz: 97.72 g; Węglowodany ogółem: 235.80 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.89 g; Sód: 1349.15 mg; Potas: 3526.33 mg; Wapń: 270.17 mg; Fosfor: 1098.94 mg; Błonnik pokarmowy: 14.02 g; suma cukrów prostych: 12.79 g; Woda: 868.46 g; Popiół: 11.88 g;		
niedziela 2026-08-23 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasztet z kruszonką (Indykpol) 70g , wędlina drobiowa - Szynka z indyka (Indykpol) 40g , 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 zielona 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynka śniadaniowa (Indykpol) 40g , Twarożek półtłusty z ziołami 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2111.05 kcal; Energia: 8257.64 kJ; Białko ogółem: 98.81 g; białko zwierzęce: 55.67 g; białko roślinne: 29.68 g; Tłuszcz: 87.80 g; Węglowodany ogółem: 245.95 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.28 g; Sód: 1633.93 mg; Potas: 3372.18 mg; Wapń: 326.01 mg; Fosfor: 1119.44 mg; Błonnik pokarmowy: 16.22 g; suma cukrów prostych: 30.59 g; Woda: 788.20 g; Popiół: 12.34 g;		
poniedziałek 2026-08-24 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynka rodzinna (Drobimex) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Serek homogenizowany waniliowy 150g (RolmlecZ) 1szt (MLEKO),	Zupa botwinkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Knedle z owocami masłem i cukrem 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, TRUSKAWKI), Bukiet warzyw na parze 80g (SELER),	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek wiejski (pakowany jednoporcjowo) 40g (MLEKO), wędlina drobiowa - Szynka drobiowa wędzona (Duda) 40g , Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2116.92 kcal; Energia: 8012.74 kJ; Białko ogółem: 89.46 g; białko zwierzęce: 40.94 g; białko roślinne: 28.17 g; Tłuszcz: 97.54 g; Węglowodany ogółem: 239.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 53.74 g; Sód: 1840.48 mg; Potas: 2969.54 mg; Wapń: 716.60 mg; Fosfor: 974.23 mg; Błonnik pokarmowy: 20.56 g; suma cukrów prostych: 35.14 g; Woda: 853.16 g; Popiół: 13.89 g;		
wtorek 2026-08-25 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), wędlina drobiowa - szynka drobiowa gotowana (Duda) 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser z koroną 175g (Zott) 1szt (MLEKO),	Zupa kalarepkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Pulpet wieprzowo-warzywny 100g (JAJA, PSZENICA, ŻYTO, SEZAM), Sos pietruszkowy 80ml (MLEKO, GLUTEN, SELER), Ziemniaki 200g , Bukiet warzyw słoneczny 80g ,	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek włoski (Sierpc) 55g (MLEKO), wędlina drobiowa - Szynka dębowa drobiowa (Nikpol) 40g , Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2035.41 kcal; Energia: 7122.08 kJ; Białko ogółem: 94.38 g; białko zwierzęce: 50.74 g; białko roślinne: 26.86 g; Tłuszcz: 83.35 g; Węglowodany ogółem: 241.52 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 38.13 g; Sód: 1378.52 mg; Potas: 3150.54 mg; Wapń: 421.72 mg; Fosfor: 1123.38 mg; Błonnik pokarmowy: 16.07 g; suma cukrów prostych: 29.91 g; Woda: 858.12 g; Popiół: 11.68 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-08-26		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), wędlina drobiowa - Szynka delikatesowa z kurcząt (Indykpol) 40g (MLEKO, GLUTEN, SOJA, SELER), Actimel 1szt (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Schab duszony z majerankiem 100g , Sos pieczeniowy jasny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, 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 drobiowa - Szynka delikatesowa z kurcząt (Indykpol) 40g (MLEKO, GLUTEN, SOJA, SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2125.33 kcal; Energia: 7918.20 kJ; Białko ogółem: 101.54 g; białko zwierzęce: 54.97 g; białko roślinne: 26.43 g; Tłuszcz: 102.43 g; Węglowodany ogółem: 211.64 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 48.82 g; Sód: 1825.68 mg; Potas: 3068.60 mg; Wapń: 527.68 mg; Fosfor: 1115.29 mg; Błonnik pokarmowy: 14.24 g; suma cukrów prostych: 12.12 g; Woda: 763.49 g; Popiół: 13.02 g;		
czwartek 2026-08-27		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczna z brokulem 40g (JAJA), Wędlina drobiowa - Szynka delikate z piersi indyka (Łukosz) 40g , Jogurt biskoptowy 120g (Danone) 1szt (MLEKO, JAJA, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Eskalopki drobiowe w sosie własnym 100g (GLUTEN), Marchewka baby parowana 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), wędlina drobiowa - Polędwica delikatna z kurcząt (Prosiac) 40g , Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1803.49 kcal; Energia: 6674.15 kJ; Białko ogółem: 80.48 g; białko zwierzęce: 40.61 g; białko roślinne: 24.12 g; Tłuszcz: 94.19 g; Węglowodany ogółem: 195.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 34.02 g; Sód: 1207.25 mg; Potas: 2614.37 mg; Wapń: 651.26 mg; Fosfor: 995.26 mg; Błonnik pokarmowy: 15.36 g; suma cukrów prostych: 12.42 g; Woda: 707.83 g; Popiół: 10.92 g;		
piątek 2026-08-28		
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), Mleczna kanapka 29g (Zott) 1szt (MLEKO, ORZECHY, GLUTEN),	Rosół z makaronem krajanka 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Filet z miruny pieczony z cytryną i koperkiem 100g (S02, GLUTEN, GORCZYCA, ORZECH WL, RYBY, SOJA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Puree groszkowe 80g (MLEKO),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), wędlina drobiowa - Pierś z indyka gotowana (Łukosz) 40g , Ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2135.25 kcal; Energia: 8015.92 kJ; Białko ogółem: 91.04 g; białko zwierzęce: 57.20 g; białko roślinne: 26.65 g; Tłuszcz: 88.24 g; Węglowodany ogółem: 255.42 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.14 g; Sód: 1809.41 mg; Potas: 2468.15 mg; Wapń: 594.37 mg; Fosfor: 1049.22 mg; Błonnik pokarmowy: 13.16 g; suma cukrów prostych: 23.91 g; Woda: 674.21 g; Popiół: 11.99 g;		
sobota 2026-08-29		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynka delikate z piersi indyka (Łukosz) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Zupa rosół z zacierką 350ml (GLUTEN, JAJA, SOJA, SELER), Szynka wieprzowa pieczona 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Sos pieczeniowy dietetyczny 80ml (GLUTEN, O. ZIEMNE, ORZ. LASKO, SELER, SEZAM), Gotowana kasza jęczmienna 200g (GLUTEN, JĘCZMIEN), Bukiet warzyw europejski 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Indyk z bobrownik (Nikpol) 40g , Pasta twarogowa z zielonym pesto 40g (MLEKO), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2261.49 kcal; Energia: 8842.79 kJ; Białko ogółem: 95.57 g; białko zwierzęce: 54.41 g; białko roślinne: 27.19 g; Tłuszcz: 104.57 g; Węglowodany ogółem: 271.79 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 39.11 g; Sód: 1505.44 mg; Potas: 2165.20 mg; Wapń: 588.93 mg; Fosfor: 1194.13 mg; Błonnik pokarmowy: 16.64 g; suma cukrów prostych: 27.33 g; Woda: 520.32 g; Popiół: 10.91 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-08-30		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Serek wiejski (pakowany jednoporcjowo) 100g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynka rodzinna (Drobimex) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser mleczno-ryżowy naturalny 200g (Muller) 1szt (MLEKO),	Rosół z makaronem krajanka 350ml (JAJA, SELER, GLUTEN), Bitka z szynki gotowana 80g 100g (GLUTEN, GORCZYCA, JAJA, LAKTOZA, SOJA, SELER, SEZAM), Ziemniaki 200g , Bukiet warzyw na parze 80g (SELER),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Pasztet pieczony 40g , Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2129.05 kcal; Energia: 7993.80 kJ; Białko ogółem: 103.38 g; białko zwierzęce: 49.18 g; białko roślinne: 27.89 g; Tłuszcz: 99.29 g; Węglowodany ogółem: 217.47 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 41.78 g; Sód: 1626.11 mg; Potas: 2542.75 mg; Wapń: 586.19 mg; Fosfor: 1052.48 mg; Błonnik pokarmowy: 12.95 g; suma cukrów prostych: 12.10 g; Woda: 612.52 g; Popiół: 11.26 g;		
poniedziałek 2026-08-31		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Wędlina wieprzowa - Szynka królewska (Gustavus) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Skyr waniliowy 150g (POLMLEK) 1szt (MLEKO),	Zupa rosół z ziemniakami kostką 350ml (SELER), Kluski na parze z sosem jogurtowo-owocowym 2szt (MLEKO, JAJA, PSZENICA, TRUSKAWKI, CYTRUSY), Surówka z marchewki 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasta z fasoli 40g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynka delikatna z piersi indyka (Łukosz) 40g , Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1936.96 kcal; Energia: 6641.40 kJ; Białko ogółem: 92.82 g; białko zwierzęce: 28.05 g; białko roślinne: 28.93 g; Tłuszcz: 76.63 g; Węglowodany ogółem: 256.46 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 31.00 g; Sód: 1695.32 mg; Potas: 2505.52 mg; Wapń: 594.05 mg; Fosfor: 881.89 mg; Błonnik pokarmowy: 15.87 g; suma cukrów prostych: 25.06 g; Woda: 572.37 g; Popiół: 11.02 g;		