

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-09-21		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Wędlna drobiowa - Filet pieczony premium (Cedrob) 40g, Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt,	Rosół z ryżem 350ml (SELER), Knedle z owocami masłem i cukrem 300g (MLEKO, GLUTEN, JAJA, TRUSKAWKI), Surówka z marchewki 80g,	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek wiejski (pakowany jedno porcjowo) 40g (MLEKO), Wędlna drobiowa - Filet zapiekany z indyka (Giżewski) 40g (GORCZYCA, SELER), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2005.47 kcal; Energia: 8219.24 kJ; Białko ogółem: 72.77 g; białko zwierzęce: 33.87 g; białko roślinne: 25.86 g; Tłuszcz: 78.26 g; Węglowodany ogółem: 268.74 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 42.25 g; Sód: 2500.75 mg; Potas: 2441.55 mg; Wapń: 509.57 mg; Fosfor: 793.45 mg; Błonnik pokarmowy: 17.88 g; suma cukrów prostych: 44.10 g; Woda: 663.51 g; Popiół: 11.03 g;		
wtorek 2026-09-22		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), Wędlna drobiowa - Indyk z bobrownik (Nikpol) 40g, 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, Kalafior gotowany 80g,	Chleb mieszany pszenno-żytni (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA, ŻYTO), Masło 15g (MLEKO), Serek włoski (Sierpc) 55g (MLEKO), Wędlna drobiowa - Kurczak gotowany (Cedrob) 40g (MLEKO, GLUTEN, SELER), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2052.64 kcal; Energia: 7349.22 kJ; Białko ogółem: 95.25 g; białko zwierzęce: 56.86 g; białko roślinne: 28.62 g; Tłuszcz: 86.12 g; Węglowodany ogółem: 239.57 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 40.52 g; Sód: 1396.34 mg; Potas: 3443.98 mg; Wapń: 433.79 mg; Fosfor: 1237.25 mg; Błonnik pokarmowy: 17.83 g; suma cukrów prostych: 30.15 g; Woda: 962.27 g; Popiół: 13.58 g;		
środa 2026-09-23		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), wędlna drobiowa - Polędwica Ani (Duda) 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER), Actimel 1szt (MLEKO), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Schab duszony z majerankiem 100g, Sos pieczeniowy 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), wędlna drobiowa - Polędwica Ani (Duda) 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2161.23 kcal; Energia: 8523.67 kJ; Białko ogółem: 101.14 g; białko zwierzęce: 70.80 g; białko roślinne: 26.52 g; Tłuszcz: 106.59 g; Węglowodany ogółem: 211.88 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 51.68 g; Sód: 3093.01 mg; Potas: 3333.80 mg; Wapń: 539.10 mg; Fosfor: 1274.41 mg; Błonnik pokarmowy: 14.24 g; suma cukrów prostych: 12.44 g; Woda: 818.32 g; Popiół: 13.75 g;		
czwartek 2026-09-24		
Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Pasta jajeczna z koperkiem 40g (MLEKO, JAJA), wędlna drobiowa - Polędwica sopocka drobiowa (Duda) 40g, Jogurt biszkoptyowy 120g (Danone) 1szt (MLEKO, JAJA, GLUTEN), Mleko 2% 100ml (MLEKO),	Zupa koperkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO, SELER), Gołąbek bez zawijania 100g (SELER), Bukiet warzyw słoneczny 80g,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), wędlna drobiowa - Polędwica z pasieki (Nikpol) 40g, Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 1919.27 kcal; Energia: 6938.67 kJ; Białko ogółem: 84.85 g; białko zwierzęce: 41.24 g; białko roślinne: 24.36 g; Tłuszcz: 89.55 g; Węglowodany ogółem: 205.76 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 37.84 g; Sód: 1366.30 mg; Potas: 2277.88 mg; Wapń: 769.14 mg; Fosfor: 1016.14 mg; Błonnik pokarmowy: 11.64 g; suma cukrów prostych: 10.65 g; Woda: 612.45 g; Popiół: 11.81 g;		
piątek 2026-09-25		
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 morszczuka 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), wędlna drobiowa - szynka drobiowa gotowana (Duda) 40g (GORCZYCA, SOJA, SELER), Ser topiony 50g (MLEKO), Pomidor 50g,
Wartości odżywcze: Energia: 2138.11 kcal; Energia: 8015.92 kJ; Białko ogółem: 93.08 g; białko zwierzęce: 57.20 g; białko roślinne: 26.65 g; Tłuszcz: 87.67 g; Węglowodany ogółem: 255.38 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.73 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;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-09-26 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), wędlina drobiowa - Szynka z indyka (Indykpol) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Banan 1szt ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 350ml (MLEKO , SELER), Szynka wieprzowa pieczona 100g (GLUTEN , GORCZYCA , JAJA , LAKTOZA , SOJA , SELER , SEZAM), Sos jasny 80ml (GLUTEN , O. ZIEMNE , ORZ. LASKO , SELER , SEZAM), Gotowana kasza jęczmienna 200g (GLUTEN , JĘCZMIEN), Marchewka kostka opruszana mąką 80g (GLUTEN),	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: 2519.41 kcal; Energia: 9563.12 kJ; Białko ogółem: 105.57 g; białko zwierzęce: 60.03 g; białko roślinne: 31.33 g; Tłuszcz: 109.04 g; Węglowodany ogółem: 297.09 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 47.06 g; Sód: 1249.31 mg; Potas: 3257.88 mg; Wapń: 791.47 mg; Fosfor: 1454.95 mg; Błonnik pokarmowy: 22.15 g; suma cukrów prostych: 27.18 g; Woda: 688.41 g; Popiół: 12.48 g;		
niedziela 2026-09-27 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Serek wiejski (pakowany jedno porcjowo) 100g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Szynkowa dębowa drobiowa (Nikpol) 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 100g (GLUTEN , GORCZYCA , JAJA , LAKTOZA , SOJA , SELER , SEZAM), Ziemniaki 200g , Gotowana fasolka szparagowa zielona 80g ,	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: 2197.40 kcal; Energia: 8171.60 kJ; Białko ogółem: 106.79 g; białko zwierzęce: 53.35 g; białko roślinne: 27.50 g; Tłuszcz: 105.67 g; Węglowodany ogółem: 216.99 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 44.01 g; Sód: 1647.18 mg; Potas: 2547.47 mg; Wapń: 743.03 mg; Fosfor: 1137.60 mg; Błonnik pokarmowy: 13.01 g; suma cukrów prostych: 11.90 g; Woda: 624.77 g; Popiół: 11.83 g;		
poniedziałek 2026-09-28 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser topiony 50g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Filet pieczony premium (Cedrob) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Skyr waniliowy 150g (POLMLEK) 1szt (MLEKO),	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 350ml (GLUTEN , JĘCZMIEN , SELER), Papryka faserowana kaszą gryczaną miesem i warzywami (przekrojona w wzdłuż) 300g (JAJA), Surówka z marchewki 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Filet zapiekany z indyka (Giżewski) 40g (GORCZYCA , SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2205.38 kcal; Energia: 9160.96 kJ; Białko ogółem: 110.71 g; białko zwierzęce: 51.29 g; białko roślinne: 33.14 g; Tłuszcz: 86.38 g; Węglowodany ogółem: 264.94 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 35.89 g; Sód: 2558.44 mg; Potas: 2462.46 mg; Wapń: 608.91 mg; Fosfor: 1239.91 mg; Błonnik pokarmowy: 20.29 g; suma cukrów prostych: 15.45 g; Woda: 634.53 g; Popiół: 11.87 g;		
wtorek 2026-09-29 Dieta: LECZNICA PODSTAWA		
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twaróg krajanka półtłusty 40g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Indyk z bobrownik (Nikpol) 40g , Mleko 2% 100ml (MLEKO), Muffinka (babeczka) 75g (Dan Cake) 1szt (MLEKO , JAJA , ORZECY , GLUTEN),	Zupa kalarepkowa z ziemniakami 350ml (MLEKO , SELER), Pieczeń rzymska 80g (JAJA , PSZENICA , ŻYTO , SELER , SEZAM), Sos koperkowy 80ml (MLEKO , GLUTEN), Gotowany ryż biały 200g , Bukiet warzyw na parze 150g (SELER),	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Ser żółty półtłusty (Mońki) 40g (MLEKO), Wędlina drobiowa - Kurczak gotowany (Cedrob) 40g (MLEKO , GLUTEN , SELER), Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 2383.89 kcal; Energia: 7756.94 kJ; Białko ogółem: 97.95 g; białko zwierzęce: 56.63 g; białko roślinne: 30.29 g; Tłuszcz: 109.46 g; Węglowodany ogółem: 266.08 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 43.85 g; Sód: 1346.24 mg; Potas: 2400.48 mg; Wapń: 804.78 mg; Fosfor: 1260.05 mg; Błonnik pokarmowy: 15.94 g; suma cukrów prostych: 13.11 g; Woda: 704.85 g; Popiół: 13.30 g;		

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Lecznica Mościckiego		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-09-30		Dieta: LECZNICA PODSTAWA
Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Jajko gotowane kl. L 1szt (JAJA), wędlina drobiowa - Polędwica Ani (Duda) 40g (MLEKO, GLUTEN, GORCZYCA, SOJA, SELER), Mleko 2% 100ml (MLEKO), Deser z koroną 175g (Zott) 1szt (MLEKO),	Zupa ziemniaczana 350ml (MLEKO, SELER), Wątróbka drobiowa w sosie własnym dietetycznym 110g (GLUTEN), Ziemniaki 150g , Marchewka baby parowana 80g ,	Chleb baton pszenny (Piekarnia "U Margoty") 100g (PSZENICA), Masło 15g (MLEKO), Twarożek półtłusty 40g (MLEKO), wędlina drobiowa - Polędwica sopocka drobiowa (Duda) 40g , Pomidor 50g ,
Wartości odżywcze: Energia: 1858.28 kcal; Energia: 7028.95 kJ; Białko ogółem: 87.92 g; białko zwierzęce: 55.22 g; białko roślinne: 24.51 g; Tłuszcz: 73.90 g; Węglowodany ogółem: 222.13 g; kw. tłuszcz. nasycone ogółem: 33.95 g; Sód: 1865.50 mg; Potas: 3197.13 mg; Wapń: 381.32 mg; Fosfor: 1239.30 mg; Błonnik pokarmowy: 14.09 g; suma cukrów prostych: 30.42 g; Woda: 855.22 g; Popiół: 10.66 g;		