Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-01	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), paprykarz rybny z warzywami i kaszą jaglaną 150 g (***SKR, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa botwinka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka kopenhaska z sałatą lodową, marchewką i majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2181.11 kcal; białko og.: 97.56 g; tł.: 70.68 g; węgl.og.: 304.64 g; węgl.przysw.: 272.73 g; kw.tł.nasyc.: 25.51 g; błonnik: 31.3 g; sól: 6.14 g; suma.cuk.prost.: 70.07 g;		
czwartek 2024-08-01	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), paprykarz rybny z warzywami i kaszą jaglaną 150 g (***SKR, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa botwinka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), filet z kurczaka gotowany 100 g (***SEL, GOR,***), sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2130.34 kcal; białko og.: 95.26 g; tł.: 64.81 g; węgl.og.: 303.49 g; węgl.przysw.: 278.92 g; kw.tł.nasyc.: 23.45 g; błonnik: 23.93 g; sól: 5.43 g; suma.cuk.prost.: 67.79 g;		
czwartek 2024-08-01	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), paprykarz rybny z warzywami i kaszą jaglaną 150 g (***SKR, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , nektarynka 150 g ,	zupa botwinka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), filet z kurczaka gotowany 100 g (***SEL, GOR,***), sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka kopenhaska z sałatą lodową, marchewką i majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** jabłka 150 g ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2056.09 kcal; białko og.: 90.66 g; tł.: 69.4 g; węgl.og.: 286.71 g; węgl.przysw.: 249.04 g; kw.tł.nasyc.: 23.68 g; błonnik: 35.15 g; sól: 5.15 g; suma.cuk.prost.: 90.13 g;		
czwartek 2024-08-01	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), paprykarz wegański z kaszą jaglaną i warzywami 150 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , nektarynka 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z warzywami i groszkiem zapiekane w sosie serowym 250 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka kopenhaska z sałatą lodową, marchewką i majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2469.98 kcal; białko og.: 65.14 g; tł.: 83.81 g; węgl.og.: 380.38 g; węgl.przysw.: 344.27 g; kw.tł.nasyc.: 28.83 g; błonnik: 34.16 g; sól: 4.95 g; suma.cuk.prost.: 94.9 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

czwartek 2024-08-01	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), paprykarz rybny z warzywami i kaszą jaglaną 150 g (***SKR, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , nektarynka 150 g ,	zupa botwinka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka kopenhaska z sałatą lodową, marchewką i majonezem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kruche ciastka 50g 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2308.51 kcal; białko og.: 100.96 g; tł.: 77.4 g; węgl.og.: 316.78 g; węgl.przysw.: 287.1 g; kw.tł.nasyc.: 28.95 g; błonnik: 29.07 g; sól: 5.61 g; suma.cuk.prost.: 90.09 g;		

czwartek 2024-08-01	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), paprykarz rybny z warzywami i kaszą jaglaną 150 g (***SKR, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa botwinka z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), filet z kurczaka gotowany 100 g (***SEL, GOR,***), sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kruche ciastka 50g 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2245.28 kcal; białko og.: 97.93 g; tł.: 72.18 g; węgl.og.: 315.1 g; węgl.przysw.: 288.06 g; kw.tł.nasyc.: 26.91 g; błonnik: 24.49 g; sól: 5.02 g; suma.cuk.prost.: 88.81 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-02	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , miód 20g 1 szt , jabłko 150 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), fishburger panierowany pieczony 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2401.71 kcal; białko og.: 92.75 g; tł.: 87.81 g; węgl.og.: 331.87 g; węgl.przysw.: 297.67 g; kw.tł.nasyc.: 34.43 g; błonnik: 32.14 g; sól: 6.75 g; suma.cuk.prost.: 68.3 g;		
piątek 2024-08-02	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), klopsik z ryby z warzywami opiekany 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, SEL, SEZ, MIĘ,***), warzywa po grecku lekkostrawne 50 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałata z jogurtem 100 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2279.09 kcal; białko og.: 76.71 g; tł.: 75.99 g; węgl.og.: 337.83 g; węgl.przysw.: 309.64 g; kw.tł.nasyc.: 32.67 g; błonnik: 26.11 g; sól: 5.73 g; suma.cuk.prost.: 74.93 g;		
piątek 2024-08-02	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 2 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), klopsik z ryby z warzywami opiekany 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, SEL, SEZ, MIĘ,***), warzywa po grecku lekkostrawne 50 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** gruszki 220 g ,	herbata z miętą 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2247.94 kcal; białko og.: 92.26 g; tł.: 88.42 g; węgl.og.: 298.2 g; węgl.przysw.: 230.48 g; kw.tł.nasyc.: 35.19 g; błonnik: 37.47 g; sól: 6.28 g; suma.cuk.prost.: 87.76 g;		
piątek 2024-08-02	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , Krokiety ziemniaczane z fetą i susz. pomidorami 250 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2463.15 kcal; białko og.: 90.05 g; tł.: 90.49 g; węgl.og.: 341.52 g; węgl.przysw.: 312.03 g; kw.tł.nasyc.: 35.05 g; błonnik: 27.4 g; sól: 6.07 g; suma.cuk.prost.: 69.13 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-02	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , miód 20g 1 szt , roszponka 10 g , galaretka z owocami 150 ml ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), fishburger panierowany pieczony 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, MIĘ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z czerwoną fasolą i olejem 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2417.01 kcal; białko og.: 91.41 g; tł.: 89.5 g; węgl.og.: 335.98 g; węgl.przysw.: 305.35 g; kw.tł.nasyc.: 36.61 g; błonnik: 30.81 g; sól: 6.3 g; suma.cuk.prost.: 69.38 g;		
piątek 2024-08-02	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
ryż na mleku 2%tł. 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , miód 20g 1 szt , roszponka 10 g , galaretka 150 ml ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), klopsik z ryby z warzywami opiekany 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, SEL, SEZ, MIĘ,***), warzywa po grecku lekkostrawne 50 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), mix sałat z pomidorem parzonym pod delikatnym vinegretem 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2180.97 kcal; białko og.: 69.96 g; tł.: 75.09 g; węgl.og.: 324.63 g; węgl.przysw.: 297.41 g; kw.tł.nasyc.: 31.92 g; błonnik: 27.38 g; sól: 4.4 g; suma.cuk.prost.: 73.29 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-03	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki po Litewsku z olejem 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2528.15 kcal; białko og.: 92.21 g; tł.: 96.62 g; węgl.og.: 337.84 g; węgl.przysw.: 306.34 g; kw.tł.nasyc.: 28.52 g; błonnik: 30.85 g; sól: 6.29 g; suma.cuk.prost.: 83.72 g;		
sobota 2024-08-03	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), rolada mielona wieprzowa pieczona faszerowana cukinią 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki tarte 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2475.84 kcal; białko og.: 93.44 g; tł.: 85.23 g; węgl.og.: 347.09 g; węgl.przysw.: 319.67 g; kw.tł.nasyc.: 27.81 g; błonnik: 26.77 g; sól: 6.25 g; suma.cuk.prost.: 80.53 g;		
sobota 2024-08-03	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , rzodkiewka 20 g , brzoskwinia 150 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), rolada mielona wieprzowa pieczona faszerowana cukinią 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki po Litewsku z olejem 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2402.09 kcal; białko og.: 105.58 g; tł.: 94.27 g; węgl.og.: 299.95 g; węgl.przysw.: 265.91 g; kw.tł.nasyc.: 30.77 g; błonnik: 33.38 g; sól: 5.68 g; suma.cuk.prost.: 106.92 g;		
sobota 2024-08-03	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , rzodkiewka 20 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , tortellini jarskie lekkostrawne w sosie beszamelowo-szpinakowym 280 g (***GLU, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), buraczki po Litewsku z olejem 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser topiony 50 g (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2397.96 kcal; białko og.: 82.92 g; tł.: 81.82 g; węgl.og.: 347.17 g; węgl.przysw.: 317.87 g; kw.tł.nasyc.: 39.88 g; błonnik: 29.31 g; sól: 5.57 g; suma.cuk.prost.: 96.35 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-03	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , rzodkiewka 20 g , brzoskwinia 150 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki po Litewsku z olejem 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2745.18 kcal; białko og.: 98.03 g; tł.: 104.07 g; węgl.og.: 369.93 g; węgl.przysw.: 335.24 g; kw.tł.nasyc.: 29.75 g; błonnik: 32.84 g; sól: 7.82 g; suma.cuk.prost.: 89.8 g;		
sobota 2024-08-03	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), rolada mielona wieprzowa pieczona faszerowana cukinią 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , buraczki tarte 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2457.38 kcal; białko og.: 94.6 g; tł.: 72.01 g; węgl.og.: 373.58 g; węgl.przysw.: 340.44 g; kw.tł.nasyc.: 29.94 g; błonnik: 29.38 g; sól: 7.05 g; suma.cuk.prost.: 86.71 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-08-04	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka pieczone na ostro 150 g (***SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2395.4 kcal; białko og.: 97.59 g; tł.: 90.44 g; węgl.og.: 311.59 g; węgl.przysw.: 284.09 g; kw.tł.nasyc.: 31.77 g; błonnik: 27.53 g; sól: 5.15 g; suma.cuk.prost.: 67.81 g;		
niedziela 2024-08-04	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko pieczone z ziołami 170 g , sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2431.77 kcal; białko og.: 102.01 g; tł.: 88.02 g; węgl.og.: 319.95 g; węgl.przysw.: 295.16 g; kw.tł.nasyc.: 32.48 g; błonnik: 24.8 g; sól: 4.79 g; suma.cuk.prost.: 64.86 g;		
niedziela 2024-08-04	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Sałata dekoracyjna 12 g , Rzodkiewka 40 g , jabłko 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko pieczone z ziołami 170 g , sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** arbuz 200 g ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2257.45 kcal; białko og.: 96.14 g; tł.: 96.37 g; węgl.og.: 268.94 g; węgl.przysw.: 236.98 g; kw.tł.nasyc.: 33.06 g; błonnik: 29.88 g; sól: 4.4 g; suma.cuk.prost.: 86.52 g;		
niedziela 2024-08-04	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twaróg 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlety z jaj i warzyw z zielonym groszkiem 2 szt (***JAJ, MLE, SEL,***), bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2215.41 kcal; białko og.: 82.55 g; tł.: 80.01 g; węgl.og.: 309.73 g; węgl.przysw.: 276.46 g; kw.tł.nasyc.: 35.2 g; błonnik: 31.17 g; sól: 5.43 g; suma.cuk.prost.: 96.61 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

niedziela 2024-08-04	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
lane kluski na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), Sałata dekoracyjna 12 g , miód 20g 1 szt , jabłko 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka pieczone na ostro 150 g (***SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (***GLU, JAJ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2345.58 kcal; białko og.: 92.25 g; tł.: 87.48 g; węgl.og.: 311.13 g; węgl.przysw.: 267.35 g; kw.tł.nasyc.: 30.04 g; błonnik: 24.36 g; sól: 4.24 g; suma.cuk.prost.: 69.76 g;		

niedziela 2024-08-04	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
lane kluski na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko parzone 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko pieczone z ziołami 170 g , sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (***GLU, JAJ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2245.33 kcal; białko og.: 95.37 g; tł.: 80.07 g; węgl.og.: 299.1 g; węgl.przysw.: 255.61 g; kw.tł.nasyc.: 30.06 g; błonnik: 24.27 g; sól: 3.18 g; suma.cuk.prost.: 68.63 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), gyros z indyka z pieczoną papryką, cebulą i zieleniną 150 g (***GLU, SEL, GOR, SEZ,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 100 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2342.75 kcal; białko og.: 94.06 g; tł.: 80.16 g; węgl.og.: 328.17 g; węgl.przysw.: 296.06 g; kw.tł.nasyc.: 29.4 g; błonnik: 32.12 g; sól: 5.37 g; suma.cuk.prost.: 66.78 g;		
poniedziałek 2024-08-05	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z indyka gotowana w warzywach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż biały na sypko 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2364.29 kcal; białko og.: 97.76 g; tł.: 76.74 g; węgl.og.: 333.09 g; węgl.przysw.: 309.08 g; kw.tł.nasyc.: 29.74 g; błonnik: 24.02 g; sól: 4.54 g; suma.cuk.prost.: 62.25 g;		
poniedziałek 2024-08-05	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , papryka świeża 60 g , roszponka 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z indyka gotowana w warzywach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 100 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** jabłka 150 g ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2057.86 kcal; białko og.: 90.46 g; tł.: 77.91 g; węgl.og.: 269.76 g; węgl.przysw.: 231.78 g; kw.tł.nasyc.: 29.97 g; błonnik: 36.09 g; sól: 3.88 g; suma.cuk.prost.: 67.91 g;		
poniedziałek 2024-08-05	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kluski śląskie z pieczarkami i duszoną cebulka 3 szt (***SEL, GOR, SEZ,***), surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 100 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2484.55 kcal; białko og.: 87.05 g; tł.: 86.25 g; węgl.og.: 358.85 g; węgl.przysw.: 330.68 g; kw.tł.nasyc.: 35.98 g; błonnik: 28.18 g; sól: 4.7 g; suma.cuk.prost.: 70.16 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-08-05	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
kaszka kukurydziana na mleku 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), gyros z indyka z pieczoną papryką, cebulą i zieleniną 150 g (***GLU, SEL, GOR, SEZ,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 100 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kruche ciastka 50g 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2471.6 kcal; białko og.: 84.76 g; tł.: 87.59 g; węgl.og.: 353.69 g; węgl.przysw.: 319.45 g; kw.tł.nasyc.: 30.66 g; błonnik: 33.59 g; sól: 5.91 g; suma.cuk.prost.: 68.92 g;		
poniedziałek 2024-08-05	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
kaszka kukurydziana na mleku 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), potrawka z indyka gotowana w warzywach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż biały na sypko 200 g , kompot owocowy 250 ml , brokuły na parze 130 g , **Podwieczorek:** kruche ciastka 50g 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2320.03 kcal; białko og.: 84.61 g; tł.: 83.12 g; węgl.og.: 319.02 g; węgl.przysw.: 297.81 g; kw.tł.nasyc.: 30.99 g; błonnik: 20.55 g; sól: 4.44 g; suma.cuk.prost.: 64.3 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , papryka świeża 60 g ,	zupa koperkowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , kapusta młoda na krótko 100 g (***GLU,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 50 g , ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2181.63 kcal; białko og.: 89.66 g; tł.: 79.87 g; węgl.og.: 291.86 g; węgl.przysw.: 261.78 g; kw.tł.nasyc.: 23.47 g; błonnik: 30.1 g; sól: 6.39 g; suma.cuk.prost.: 41.71 g;		
wtorek 2024-08-06	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa koperkowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g , sos bazyliowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 50 g , ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2218.57 kcal; białko og.: 92.93 g; tł.: 80.15 g; węgl.og.: 296.02 g; węgl.przysw.: 268.45 g; kw.tł.nasyc.: 24.82 g; błonnik: 27.6 g; sól: 6.34 g; suma.cuk.prost.: 44.66 g;		
wtorek 2024-08-06	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Rzodkiewka 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g , gruszki 200 g ,	zupa koperkowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g , sos bazyliowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 50 g , ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2170.05 kcal; białko og.: 88.59 g; tł.: 84.26 g; węgl.og.: 287.14 g; węgl.przysw.: 222.93 g; kw.tł.nasyc.: 25.21 g; błonnik: 37.68 g; sól: 6.3 g; suma.cuk.prost.: 69.89 g;		
wtorek 2024-08-06	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Tartare 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Rzodkiewka 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2288.25 kcal; białko og.: 95.67 g; tł.: 75.25 g; węgl.og.: 322.92 g; węgl.przysw.: 293.68 g; kw.tł.nasyc.: 32.04 g; błonnik: 28.29 g; sól: 4.24 g; suma.cuk.prost.: 77.25 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-08-06	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
manna na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Rzodkiewka 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa koperkowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (***GLU, JAJ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 50 g , ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2275.89 kcal; białko og.: 86.51 g; tł.: 83.73 g; węgl.og.: 311.78 g; węgl.przysw.: 260.63 g; kw.tł.nasyc.: 25.54 g; błonnik: 32.89 g; sól: 6.37 g; suma.cuk.prost.: 77.63 g;		
wtorek 2024-08-06	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
manna na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa koperkowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE,***), sznycelki wieprzowe mielone ze schabu gotowane 100 g , sos bazyliowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchew junior na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** biszkopty b/c 25g (1opak/4os) 1 Por (***GLU, JAJ,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 50 g , ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2107.88 kcal; białko og.: 91.93 g; tł.: 62.78 g; węgl.og.: 307.13 g; węgl.przysw.: 263.55 g; kw.tł.nasyc.: 27.66 g; błonnik: 26.28 g; sól: 5.85 g; suma.cuk.prost.: 71.77 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-07	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , papryka świeża 60 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), leczo z boczkiem i fasolką szparagową 180 g (***SEL, GOR, SO2,***), makaron razowy 160 g (***GLU,***), surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2369.3 kcal; białko og.: 93.01 g; tł.: 78.71 g; węgl.og.: 336.15 g; węgl.przysw.: 307.06 g; kw.tł.nasyc.: 26.47 g; błonnik: 29.1 g; sól: 7.21 g; suma.cuk.prost.: 66.26 g;		
środa 2024-08-07	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , liść sałaty dekoracyjnej 10 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (***GLU, SEL,***), makaron penne pszenny 160 g (***GLU, JAJ,***), cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2316.49 kcal; białko og.: 97.12 g; tł.: 71.36 g; węgl.og.: 331.73 g; węgl.przysw.: 309.49 g; kw.tł.nasyc.: 26.91 g; błonnik: 22.24 g; sól: 5.89 g; suma.cuk.prost.: 60.11 g;		
środa 2024-08-07	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), papryka świeża 60 g , jabłko 150 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (***GLU, SEL,***), makaron razowy 160 g (***GLU,***), surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** nektarynka 160 g ,	herbata z miętą 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2229.67 kcal; białko og.: 92.6 g; tł.: 77.69 g; węgl.og.: 309.33 g; węgl.przysw.: 271.97 g; kw.tł.nasyc.: 26.94 g; błonnik: 35.27 g; sól: 5.69 g; suma.cuk.prost.: 87.62 g;		
środa 2024-08-07	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Tartare 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , papryka świeża 60 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , krokiety zapiekane z kapustą i pieczarkami 2 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2452.61 kcal; białko og.: 83.69 g; tł.: 82.95 g; węgl.og.: 357.72 g; węgl.przysw.: 326.37 g; kw.tł.nasyc.: 24.93 g; błonnik: 31.38 g; sól: 6.17 g; suma.cuk.prost.: 65.03 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-07	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , papryka świeża 60 g , liść sałaty dekoracyjnej 10 g , jabłko 150 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 450 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), leczo z boczkiem i fasolką szparagową 180 g (***SEL, GOR, SO2,***), makaron razowy 160 g (***GLU,***), surówka chrzanowa z koperkiem i olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2404 kcal; białko og.: 95.21 g; tł.: 80.6 g; węgl.og.: 339.12 g; węgl.przysw.: 310.08 g; kw.tł.nasyc.: 27.69 g; błonnik: 26.95 g; sól: 6.59 g; suma.cuk.prost.: 84.57 g;		
środa 2024-08-07	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
płatki owsiane na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (***GLU, SEL,***), makaron penne pszenny 160 g (***GLU, JAJ,***), cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2358.87 kcal; białko og.: 101.86 g; tł.: 67.99 g; węgl.og.: 346.2 g; węgl.przysw.: 322.08 g; kw.tł.nasyc.: 27.22 g; błonnik: 24.13 g; sól: 5.27 g; suma.cuk.prost.: 85.78 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-08	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
jogurt owocowy 2,1% tł. 150g 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , jabłko 150 g , miód 20 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet po iławsku drobiowy pieczony 100 g (***JAJ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , dżem 25 g (***SO2,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2278.38 kcal; białko og.: 107.26 g; tł.: 69.77 g; węgl.og.: 325 g; węgl.przysw.: 296.45 g; kw.tł.nasyc.: 32.74 g; błonnik: 28.27 g; sól: 4.96 g; suma.cuk.prost.: 64.85 g;		
czwartek 2024-08-08	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
jogurt owocowy 2,1% tł. 150g 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , jabłko 150 g , miód 20 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka z piersi kurczaka zawijana z warzywami 100 g (***SEL,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , dżem 25 g (***SO2,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2212.62 kcal; białko og.: 93.94 g; tł.: 59.91 g; węgl.og.: 337.88 g; węgl.przysw.: 310.3 g; kw.tł.nasyc.: 27.56 g; błonnik: 27.31 g; sól: 3.86 g; suma.cuk.prost.: 63.47 g;		
czwartek 2024-08-08	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
jogurt naturalny 2%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka z piersi kurczaka zawijana z warzywami 100 g (***SEL,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** gruszki 200 g ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2099.43 kcal; białko og.: 107.84 g; tł.: 73.89 g; węgl.og.: 274.66 g; węgl.przysw.: 214.64 g; kw.tł.nasyc.: 33.56 g; błonnik: 31.67 g; sól: 4.5 g; suma.cuk.prost.: 73.41 g;		
czwartek 2024-08-08	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
jogurt owocowy 2,1% tł. 150g 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , jabłko 150 g , miód 20 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , cukinia faszerowana kaszą jaglaną i warzywami zapiekana z serem - wege 250 g (***JAJ, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twaróg 100 g (***MLE,***), pomidor 100 g , dżem 25 g (***SO2,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2535.27 kcal; białko og.: 90.43 g; tł.: 76.25 g; węgl.og.: 393.6 g; węgl.przysw.: 362.96 g; kw.tł.nasyc.: 39.39 g; błonnik: 30.36 g; sól: 5.65 g; suma.cuk.prost.: 77.83 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-08-08	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , pomidorki koktajlowe 40 g , jabłko 150 g , miód 20 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet po iławsku drobiowy pieczony 100 g (***JAJ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kruche ciastka 50g 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , dżem 25 g (***SO2,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2261.81 kcal; białko og.: 105.84 g; tł.: 73.5 g; węgl.og.: 312.41 g; węgl.przysw.: 286.01 g; kw.tł.nasyc.: 35.61 g; błonnik: 24.32 g; sól: 4.29 g; suma.cuk.prost.: 72.16 g;		
czwartek 2024-08-08	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g , miód 20 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka z piersi kurczaka zawijana z warzywami 100 g (***SEL,***), sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kruche ciastka 50g 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor parzony 90 g , dżem 25 g (***SO2,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2185.55 kcal; białko og.: 93.01 g; tł.: 64.01 g; węgl.og.: 323.05 g; węgl.przysw.: 294.18 g; kw.tł.nasyc.: 30.46 g; błonnik: 27 g; sól: 3.32 g; suma.cuk.prost.: 72.02 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-08-09	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g , sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałata z jogurtem 100 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2330.38 kcal; białko og.: 86.34 g; tł.: 92.28 g; węgl.og.: 304.72 g; węgl.przysw.: 274.03 g; kw.tł.nasyc.: 32.67 g; błonnik: 29.25 g; sól: 6.83 g; suma.cuk.prost.: 38.8 g;		
piątek 2024-08-09	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g , sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałata z jogurtem 100 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2366.78 kcal; białko og.: 86.62 g; tł.: 91.72 g; węgl.og.: 311.86 g; węgl.przysw.: 287.05 g; kw.tł.nasyc.: 32.67 g; błonnik: 23.37 g; sól: 6.6 g; suma.cuk.prost.: 38.52 g;		
piątek 2024-08-09	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , nektarynka 150 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g , sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałata z jogurtem 100 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2124.58 kcal; białko og.: 88.47 g; tł.: 89.79 g; węgl.og.: 259.26 g; węgl.przysw.: 226.26 g; kw.tł.nasyc.: 32.75 g; błonnik: 32.77 g; sól: 5.28 g; suma.cuk.prost.: 65.76 g;		
piątek 2024-08-09	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kluski szare z twarogiem i cebulką - wege 300 g (***GLU, JAJ, MLE,***), sałata z jogurtem 100 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2542.32 kcal; białko og.: 87.21 g; tł.: 81.67 g; węgl.og.: 382.07 g; węgl.przysw.: 348.84 g; kw.tł.nasyc.: 33.32 g; błonnik: 31.78 g; sól: 5.9 g; suma.cuk.prost.: 44.82 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

piątek 2024-08-09	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
manna na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , galaretka z owocami 150 ml ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g , sos rybny 100 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałata z jogurtem 100 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), szpinak baby 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2462.64 kcal; białko og.: 94.84 g; tł.: 97.53 g; węgl.og.: 323.48 g; węgl.przysw.: 292.83 g; kw.tł.nasyc.: 33.11 g; błonnik: 30.57 g; sól: 6.26 g; suma.cuk.prost.: 49.33 g;		

piątek 2024-08-09	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
manna na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor parzony 90 g , galaretka 150 ml ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g , sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , kompot owocowy 250 ml , marchewka gotowana 130 g , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2256.99 kcal; białko og.: 91.07 g; tł.: 84.09 g; węgl.og.: 302.21 g; węgl.przysw.: 276.76 g; kw.tł.nasyc.: 29.98 g; błonnik: 25.61 g; sól: 5.13 g; suma.cuk.prost.: 50.41 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-10	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), stek mielony pieczony z duszoną cebulką 100 g , ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2171.44 kcal; białko og.: 78.26 g; tł.: 72.63 g; węgl.og.: 316.51 g; węgl.przysw.: 286.73 g; kw.tł.nasyc.: 29.17 g; błonnik: 29.81 g; sól: 6.13 g; suma.cuk.prost.: 81.07 g;		
sobota 2024-08-10	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), pulpet wieprzowy gotowany 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2277.29 kcal; białko og.: 85.8 g; tł.: 75.67 g; węgl.og.: 326.42 g; węgl.przysw.: 300.53 g; kw.tł.nasyc.: 30.73 g; błonnik: 25.91 g; sól: 6.22 g; suma.cuk.prost.: 78.83 g;		
sobota 2024-08-10	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa 50 g (***SOJ, SEL,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor 100 g , roszponka 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), pulpet wieprzowy gotowany 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** brzoskwinia 160 g ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2147.12 kcal; białko og.: 88.29 g; tł.: 79.95 g; węgl.og.: 286.28 g; węgl.przysw.: 251.82 g; kw.tł.nasyc.: 31.57 g; błonnik: 34.49 g; sól: 6.65 g; suma.cuk.prost.: 94.48 g;		
sobota 2024-08-10	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor 100 g , roszponka 10 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 7 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z marchewki i jabłka ze śmietaną 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2356.57 kcal; białko og.: 82.02 g; tł.: 93.13 g; węgl.og.: 317.82 g; węgl.przysw.: 288.19 g; kw.tł.nasyc.: 38.8 g; błonnik: 28.81 g; sól: 6.08 g; suma.cuk.prost.: 98.95 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddziały Dziecięce

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny

sobota 2024-08-10	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kotlet mielony tradycyjny pieczony 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2409.18 kcal; białko og.: 90.28 g; tł.: 78.87 g; węgl.og.: 350.4 g; węgl.przysw.: 317.57 g; kw.tł.nasyc.: 30.6 g; błonnik: 31.69 g; sól: 7.88 g; suma.cuk.prost.: 88.06 g;		

sobota 2024-08-10	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
płatki kukurydziane na mleku 2% 150 ml (***GLU, MLE,***), herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), pulpet wieprzowy gotowany 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2415.7 kcal; białko og.: 91.42 g; tł.: 74.39 g; węgl.og.: 361.74 g; węgl.przysw.: 328.65 g; kw.tł.nasyc.: 30.38 g; błonnik: 30 g; sól: 7.26 g; suma.cuk.prost.: 88.34 g;		

Własność WSzZ Toruń. Zastrzega się możliwość zmian w Jadłospisie z przyczyn niezależnych.