Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-08-21	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
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,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sos carbonara 180 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,***), makaron razowy 160 g (***GLU,***), surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2607.61 kcal; białko og.: 90.28 g; tł.: 116.47 g; węgl.og.: 315.47 g; węgl.przysw.: 284.51 g; kw.tł.nasyc.: 32.09 g; błonnik: 30.16 g; sól: 8.14 g; suma.cuk.prost.: 53.73 g;		
środa 2024-08-21	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
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 wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (***GLU, SEL,***), makaron penne pszenny 160 g (***GLU, JAJ,***), bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2533.9 kcal; białko og.: 96.51 g; tł.: 100.7 g; węgl.og.: 326.73 g; węgl.przysw.: 294.24 g; kw.tł.nasyc.: 25.8 g; błonnik: 32.25 g; sól: 6.44 g; suma.cuk.prost.: 51.08 g;		
środa 2024-08-21	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
herbata b/c 250 ml , chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , gruszki 200 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (***GLU, SEL,***), makaron razowy 160 g (***GLU,***), surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** śliwki 120 g ,	herbata z miętą 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2408.17 kcal; białko og.: 87 g; tł.: 98.53 g; węgl.og.: 316.43 g; węgl.przysw.: 249.98 g; kw.tł.nasyc.: 25.55 g; błonnik: 40.07 g; sól: 6.05 g; suma.cuk.prost.: 78.91 g;		
środa 2024-08-21	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
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 wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), miód 20g 1 szt , sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , placki ziemniaczane z sosem jogurtowym 3 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2392.95 kcal; białko og.: 74.3 g; tł.: 80.53 g; węgl.og.: 360.57 g; węgl.przysw.: 326.73 g; kw.tł.nasyc.: 25.15 g; błonnik: 33.06 g; sól: 5.19 g; suma.cuk.prost.: 66.77 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 2024-08-21	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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , gruszki 200 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sos carbonara 180 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR, SO2,***), makaron razowy 160 g (***GLU,***), surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2568.52 kcal; białko og.: 73.23 g; tł.: 113.54 g; węgl.og.: 330.68 g; węgl.przysw.: 275.46 g; kw.tł.nasyc.: 31.88 g; błonnik: 28.17 g; sól: 6.62 g; suma.cuk.prost.: 78.69 g;		

środa 2024-08-21	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 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), Szynka drobiowa 70 g , ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), sos boloński z mięsem i warzywami 180 g (***GLU, SEL,***), makaron penne pszenny 160 g (***GLU, JAJ,***), 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 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi kurczaka plastry 70 g , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2207.66 kcal; białko og.: 99.17 g; tł.: 60.78 g; węgl.og.: 331.62 g; węgl.przysw.: 300.16 g; kw.tł.nasyc.: 24.31 g; błonnik: 30.81 g; sól: 6.52 g; suma.cuk.prost.: 76.16 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 2024-08-22	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***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 , pomidor 100 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 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,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2198.32 kcal; białko og.: 107.52 g; tł.: 65.63 g; węgl.og.: 309.68 g; węgl.przysw.: 282.05 g; kw.tł.nasyc.: 29.75 g; błonnik: 27.63 g; sól: 6.36 g; suma.cuk.prost.: 49.06 g;		
czwartek 2024-08-22	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***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 100 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe z warzywami gotowane 100 g (***SEL,***), sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), 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,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2197.61 kcal; białko og.: 104 g; tł.: 60.2 g; węgl.og.: 323.86 g; węgl.przysw.: 296.83 g; kw.tł.nasyc.: 26.15 g; błonnik: 27.05 g; sól: 5.8 g; suma.cuk.prost.: 51.44 g;		
czwartek 2024-08-22	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe z warzywami gotowane 100 g (***SEL,***), sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** sok wielowarzywny 1 szt (***SEL,***),	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,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2053.07 kcal; białko og.: 105.97 g; tł.: 65.88 g; węgl.og.: 274.21 g; węgl.przysw.: 242.91 g; kw.tł.nasyc.: 27.9 g; błonnik: 35.71 g; sól: 6.64 g; suma.cuk.prost.: 63.12 g;		
czwartek 2024-08-22	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kasza bulgur na mleku 2% 150 ml (***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 twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , mandarynka 1 szt ,	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,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2407.16 kcal; białko og.: 100.38 g; tł.: 79.7 g; węgl.og.: 336.95 g; węgl.przysw.: 306.54 g; kw.tł.nasyc.: 33.5 g; błonnik: 27.49 g; sól: 4.89 g; suma.cuk.prost.: 84.59 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 2024-08-22	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,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , mandarynka 1 szt ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), 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 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,***), roszponka 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2219.32 kcal; białko og.: 105.3 g; tł.: 69.67 g; węgl.og.: 306.04 g; węgl.przysw.: 282.46 g; kw.tł.nasyc.: 31.95 g; błonnik: 23.59 g; sól: 5.64 g; suma.cuk.prost.: 64.02 g;		

czwartek 2024-08-22	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,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), miód 20g 1 szt , pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe z warzywami gotowane 100 g (***SEL,***), sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchew junior na parze 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,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), roszponka 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2230.55 kcal; białko og.: 102.47 g; tł.: 65.08 g; węgl.og.: 324.4 g; węgl.przysw.: 295.57 g; kw.tł.nasyc.: 28.42 g; błonnik: 26.95 g; sól: 5.23 g; suma.cuk.prost.: 67.97 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 2024-08-23	**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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), papryka świeża 60 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), jabłko 150 g ,	zupa jarzynowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2402.88 kcal; białko og.: 93.38 g; tł.: 91.95 g; węgl.og.: 325.87 g; węgl.przysw.: 284.7 g; kw.tł.nasyc.: 37.45 g; błonnik: 37.5 g; sól: 7.2 g; suma.cuk.prost.: 71.88 g;		
piątek 2024-08-23	**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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), jabłko 150 g ,	zupa jarzynowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2282.91 kcal; białko og.: 77.71 g; tł.: 81.82 g; węgl.og.: 325.81 g; węgl.przysw.: 295.46 g; kw.tł.nasyc.: 36 g; błonnik: 27.07 g; sól: 5.89 g; suma.cuk.prost.: 70.04 g;		
piątek 2024-08-23	**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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), papryka świeża 60 g , jabłko 150 g ,	zupa jarzynowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** brzoskwinia 200 g ,	herbata z miętą 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 , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2195.83 kcal; białko og.: 95.1 g; tł.: 89.07 g; węgl.og.: 280.39 g; węgl.przysw.: 238.05 g; kw.tł.nasyc.: 37.44 g; błonnik: 39.86 g; sól: 5.65 g; suma.cuk.prost.: 85.44 g;		
piątek 2024-08-23	**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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), papryka świeża 60 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , krokiety zapiekane z kapustą i pieczarkami 2 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ,***), surówka z marchewki i jabłka z dodatkiem oleju 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 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 , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2449.32 kcal; białko og.: 89.59 g; tł.: 80.92 g; węgl.og.: 367.62 g; węgl.przysw.: 324.01 g; kw.tł.nasyc.: 36.11 g; błonnik: 39.38 g; sól: 7.34 g; suma.cuk.prost.: 70.21 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 2024-08-23	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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), ogórek zielony 100 g , arbuz 220 g ,	zupa jarzynowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos cytrynowy 100 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2420.96 kcal; białko og.: 91.99 g; tł.: 91.46 g; węgl.og.: 330.47 g; węgl.przysw.: 294.68 g; kw.tł.nasyc.: 39.02 g; błonnik: 35.42 g; sól: 6.52 g; suma.cuk.prost.: 80.76 g;		

piątek 2024-08-23	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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa jarzynowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos cytrynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2196.6 kcal; białko og.: 75.22 g; tł.: 77.45 g; węgl.og.: 314.32 g; węgl.przysw.: 285.79 g; kw.tł.nasyc.: 32.92 g; błonnik: 28.55 g; sól: 4.38 g; suma.cuk.prost.: 81.81 g;		

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-08-24	**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 drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), Endywia 10 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sos własny 50 ml (***GLU, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (***JAJ, 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,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2399.33 kcal; białko og.: 113.37 g; tł.: 82.95 g; węgl.og.: 315.55 g; węgl.przysw.: 284.26 g; kw.tł.nasyc.: 31.49 g; błonnik: 31.32 g; sól: 8.33 g; suma.cuk.prost.: 73.1 g;		
sobota 2024-08-24	**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,***), Szynka drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), Endywia 10 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sos własny 50 ml (***GLU, 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,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2391.51 kcal; białko og.: 113.05 g; tł.: 81.76 g; węgl.og.: 312.98 g; węgl.przysw.: 288.51 g; kw.tł.nasyc.: 31.56 g; błonnik: 24.48 g; sól: 7.82 g; suma.cuk.prost.: 69.53 g;		
sobota 2024-08-24	**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 drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), Endywia 10 g , papryka świeża 60 g , mandarynka 1 szt ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sos własny 50 ml (***GLU, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (***JAJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** sok buraczany 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2318.82 kcal; białko og.: 111.34 g; tł.: 83.18 g; węgl.og.: 299.56 g; węgl.przysw.: 265.56 g; kw.tł.nasyc.: 31.6 g; błonnik: 35.68 g; sól: 7.59 g; suma.cuk.prost.: 94.21 g;		
sobota 2024-08-24	**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,***), mozzarella 60 g (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Endywia 10 g , papryka świeża 60 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pomidory faszerowane ryżem, warzywami i cieciorką zapiekane z serem 300 g (***JAJ, MLE,***), surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (***JAJ, 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,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2165.87 kcal; białko og.: 79.83 g; tł.: 71.91 g; węgl.og.: 317.72 g; węgl.przysw.: 279.02 g; kw.tł.nasyc.: 31.16 g; błonnik: 34.37 g; sól: 6.11 g; suma.cuk.prost.: 93.1 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 2024-08-24	**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,***), Szynka drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), Endywia 10 g , papryka świeża 60 g , mandarynka 1 szt ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sos własny 50 ml (***GLU, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka wielowarzywna z ogórkiem konserwowym i oliwą 130 g (***JAJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (***GLU, JAJ, 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 wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2389.81 kcal; białko og.: 108.75 g; tł.: 82.43 g; węgl.og.: 318.96 g; węgl.przysw.: 287.78 g; kw.tł.nasyc.: 29.75 g; błonnik: 31.21 g; sól: 7.65 g; suma.cuk.prost.: 88.14 g;		
sobota 2024-08-24	**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,***), Szynka drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa marchewkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pieczeń rzymska z jajkiem 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), sos własny 50 ml (***GLU, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** herbatniki Be-Be 1szt. 2 szt (***GLU, JAJ, MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek wiejski 5%tł. 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2386.13 kcal; białko og.: 108.5 g; tł.: 81.66 g; węgl.og.: 318.9 g; węgl.przysw.: 291.24 g; kw.tł.nasyc.: 29.84 g; błonnik: 25.77 g; sól: 7.24 g; suma.cuk.prost.: 83.7 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 2024-08-25	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidorki koktajlowe 40 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone na ostro 150 g , ziemniaki z zieleniną 200 g , fasolka szparagowa na parze z bułką tartą i masłem 130 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2472.93 kcal; białko og.: 110.68 g; tł.: 94.53 g; węgl.og.: 307.54 g; węgl.przysw.: 279.16 g; kw.tł.nasyc.: 24.73 g; błonnik: 28.4 g; sól: 7.89 g; suma.cuk.prost.: 56.62 g;		
niedziela 2024-08-25	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , sos koperkowy 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2484.28 kcal; białko og.: 110.12 g; tł.: 94.05 g; węgl.og.: 310.06 g; węgl.przysw.: 285.84 g; kw.tł.nasyc.: 22.77 g; błonnik: 24.23 g; sól: 5.49 g; suma.cuk.prost.: 55.71 g;		
niedziela 2024-08-25	**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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Rukola 10 g , jabłko 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , 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:** kiwi szt 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 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,***), ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2328.24 kcal; białko og.: 107.4 g; tł.: 98.11 g; węgl.og.: 269.8 g; węgl.przysw.: 238.54 g; kw.tł.nasyc.: 24.45 g; błonnik: 28.5 g; sól: 7.26 g; suma.cuk.prost.: 71.6 g;		
niedziela 2024-08-25	**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 twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Rukola 10 g , dżem 25 g (***SO2,***),	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlety z jaj i warzyw z zielonym groszkiem 2 szt (***JAJ, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , fasolka szparagowa na parze z bułką tartą i masłem 130 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), 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 Tartare 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2278.82 kcal; białko og.: 67.38 g; tł.: 81.03 g; węgl.og.: 334.78 g; węgl.przysw.: 301.01 g; kw.tł.nasyc.: 30.24 g; błonnik: 31.81 g; sól: 4.41 g; suma.cuk.prost.: 72.27 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 2024-08-25	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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , jabłko 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone na ostro 150 g , ziemniaki z zieleniną 200 g , fasolka szparagowa na parze z bułką tartą i masłem 130 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 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,***), ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2524.63 kcal; białko og.: 107.76 g; tł.: 92.74 g; węgl.og.: 328.69 g; węgl.przysw.: 299.11 g; kw.tł.nasyc.: 23.64 g; błonnik: 27.5 g; sól: 8.43 g; suma.cuk.prost.: 66.03 g;		

niedziela 2024-08-25	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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), drumsticks z kurczaka pieczone lekkostrawne 150 g , sos koperkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2303.02 kcal; białko og.: 109.07 g; tł.: 74.4 g; węgl.og.: 313.59 g; węgl.przysw.: 283.84 g; kw.tł.nasyc.: 22.88 g; błonnik: 27.87 g; sól: 5.85 g; suma.cuk.prost.: 71.55 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 2024-08-26	**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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), roszponka 10 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), gulasz wołowy duszony na ostro 180 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), kasza gryczana na sypko 200 g , sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2371.88 kcal; białko og.: 103.68 g; tł.: 93.92 g; węgl.og.: 298.94 g; węgl.przysw.: 267.3 g; kw.tł.nasyc.: 39.56 g; błonnik: 33.44 g; sól: 5.94 g; suma.cuk.prost.: 61.66 g;		
poniedziałek 2024-08-26	**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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), roszponka 10 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), kasza jaglana 200 g , buraczki z jabłkiem 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2326.7 kcal; białko og.: 86.52 g; tł.: 81.33 g; węgl.og.: 325.98 g; węgl.przysw.: 300 g; kw.tł.nasyc.: 35.08 g; błonnik: 27.4 g; sól: 5.21 g; suma.cuk.prost.: 57.27 g;		
poniedziałek 2024-08-26	**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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), Pomidor 60 g , roszponka 10 g , sok wielowarzywny 1 szt (***SEL,***),	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), kasza gryczana na sypko 200 g , sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** jabłko 150 g ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2218.12 kcal; białko og.: 88.41 g; tł.: 84.11 g; węgl.og.: 294.96 g; węgl.przysw.: 254.95 g; kw.tł.nasyc.: 35.6 g; błonnik: 42.97 g; sól: 6.09 g; suma.cuk.prost.: 77.87 g;		
poniedziałek 2024-08-26	**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,***), mozzarella 60 g (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), roszponka 10 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , szare kluski z twarogiem i cebulką 220 g (***GLU, JAJ, MLE,***), sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 2 szt (***JAJ,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2194.56 kcal; białko og.: 69.01 g; tł.: 68.98 g; węgl.og.: 340.54 g; węgl.przysw.: 309.57 g; kw.tł.nasyc.: 28.45 g; błonnik: 32.77 g; sól: 5.12 g; suma.cuk.prost.: 73.68 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 2024-08-26	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
ryż na mleku 2%tł. 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,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), Pomidor 60 g , jabłko 150 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), gulasz wołowy duszony na ostro 180 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ,***), kasza gryczana na sypko 200 g , sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), ser żółty 50 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2438.2 kcal; białko og.: 104.25 g; tł.: 91.93 g; węgl.og.: 320.39 g; węgl.przysw.: 283.19 g; kw.tł.nasyc.: 38.64 g; błonnik: 33.9 g; sól: 6.01 g; suma.cuk.prost.: 76.19 g;		

poniedziałek 2024-08-26	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
ryż na mleku 2%tł. 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,***), krakowska parzona drobiowa 50 g , mozzarella 30 g (***MLE,***), roszponka 10 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), gulasz wołowy gotowany w jarzynach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), kasza jaglana 200 g , buraczki z jabłkiem 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** serek homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***),	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2285.15 kcal; białko og.: 90.47 g; tł.: 78.66 g; węgl.og.: 316.77 g; węgl.przysw.: 289.48 g; kw.tł.nasyc.: 36.18 g; błonnik: 25.71 g; sól: 5.24 g; suma.cuk.prost.: 69.22 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 2024-08-27	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 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,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2210.68 kcal; białko og.: 98.58 g; tł.: 76.11 g; węgl.og.: 296.4 g; węgl.przysw.: 269.15 g; kw.tł.nasyc.: 29.92 g; błonnik: 26.63 g; sól: 6.18 g; suma.cuk.prost.: 47.14 g;		
wtorek 2024-08-27	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycelki wieprzowe ze schabu z bazylią gotowane 100 g , 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,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2258.68 kcal; białko og.: 107.35 g; tł.: 77.71 g; węgl.og.: 293.84 g; węgl.przysw.: 270.55 g; kw.tł.nasyc.: 30.99 g; błonnik: 22.67 g; sól: 6.05 g; suma.cuk.prost.: 45.48 g;		
wtorek 2024-08-27	**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 , jabłko 150 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycelki wieprzowe ze schabu z bazylią gotowane 100 g , sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** mandarynka 1 szt ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2089.24 kcal; białko og.: 100.8 g; tł.: 79.68 g; węgl.og.: 261.25 g; węgl.przysw.: 226.11 g; kw.tł.nasyc.: 31.13 g; błonnik: 32.43 g; sól: 5.5 g; suma.cuk.prost.: 72.33 g;		
wtorek 2024-08-27	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 1 szt (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 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 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , Krokiety ziemniaczane z fetą i susz. pomidorami 250 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), 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,***), ser twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2325.23 kcal; białko og.: 74.69 g; tł.: 84.38 g; węgl.og.: 332.23 g; węgl.przysw.: 300.92 g; kw.tł.nasyc.: 29.1 g; błonnik: 27.24 g; sól: 4.51 g; suma.cuk.prost.: 64.43 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 2024-08-27	**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,***), twarożek ze świeżą bazylią i suszonymi pomidorami 100 g (***MLE,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 450 ml (***GLU, MLE,***), kotlet schabowy panierowany smażony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z papryki, pomidorów i ogórków z oliwą 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), 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,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , Rzodkiewka 40 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2176.42 kcal; białko og.: 94.38 g; tł.: 74.29 g; węgl.og.: 296.47 g; węgl.przysw.: 250.58 g; kw.tł.nasyc.: 28.66 g; błonnik: 27.92 g; sól: 5.33 g; suma.cuk.prost.: 60.36 g;		
wtorek 2024-08-27	**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 35 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 , banan 180 g ,	zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycelki wieprzowe ze schabu z bazylią gotowane 100 g , sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły 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,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2239.01 kcal; białko og.: 103.05 g; tł.: 75.32 g; węgl.og.: 298.89 g; węgl.przysw.: 257.32 g; kw.tł.nasyc.: 29.53 g; błonnik: 23.59 g; sól: 5.32 g; suma.cuk.prost.: 60.86 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 2024-08-28	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
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 homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , nektarynka 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), bigos na wędzonce z kapusty mieszanej 250 g (***GLU, SEL, GOR, SO2,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , 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,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), papryka świeża 60 g , Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2327.6 kcal; białko og.: 82.34 g; tł.: 85.6 g; węgl.og.: 323.51 g; węgl.przysw.: 289.36 g; kw.tł.nasyc.: 27.98 g; błonnik: 32.97 g; sól: 7.37 g; suma.cuk.prost.: 74.1 g;		
środa 2024-08-28	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
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 homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , nektarynka 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), leczo lekkostrawne z wędliną drobiową 200 g (***SOJ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , Sałata dekoracyjna 12 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 , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2277.71 kcal; białko og.: 81.93 g; tł.: 80.69 g; węgl.og.: 319.92 g; węgl.przysw.: 291.07 g; kw.tł.nasyc.: 27.71 g; błonnik: 27.66 g; sól: 6.8 g; suma.cuk.prost.: 73.93 g;		
środa 2024-08-28	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
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 homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , nektarynka 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), leczo lekkostrawne z wędliną drobiową 200 g (***SOJ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałatka z pomidora i ogórka z czerwoną cebulką i olejem 100 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** śliwki 120 g ,	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Rukola 10 g , papryka świeża 60 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2164.31 kcal; białko og.: 78.17 g; tł.: 86.15 g; węgl.og.: 287.84 g; węgl.przysw.: 249.4 g; kw.tł.nasyc.: 28.24 g; błonnik: 37.25 g; sól: 6.36 g; suma.cuk.prost.: 90.03 g;		
środa 2024-08-28	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
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 homogenizowany smakowy 4% 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidorki koktajlowe 40 g , nektarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z warzywami i groszkiem zapiekane w sosie serowym 250 g (***GLU, JAJ, MLE,***), sałatka z pomidora i ogórka z czerwoną cebulką i olejem 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,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2388.33 kcal; białko og.: 75.72 g; tł.: 72.31 g; węgl.og.: 372.83 g; węgl.przysw.: 342.58 g; kw.tł.nasyc.: 33.92 g; błonnik: 29.05 g; sól: 5.26 g; suma.cuk.prost.: 86.28 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 2024-08-28	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
kasza jaglana 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidorki koktajlowe 40 g , nektarynka 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), leczo lekkostrawne z wędliną drobiową 200 g (***SOJ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałatka z pomidora i ogórka z czerwoną cebulką i olejem 100 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 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 2 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Rukola 10 g , papryka świeża 60 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2262.48 kcal; białko og.: 84.99 g; tł.: 88.28 g; węgl.og.: 297.56 g; węgl.przysw.: 268.52 g; kw.tł.nasyc.: 31.63 g; błonnik: 29.05 g; sól: 5.63 g; suma.cuk.prost.: 94.52 g;		

środa 2024-08-28	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
kasza jaglana na mleku 2% 150 ml (***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 , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), leczo lekkostrawne z wędliną drobiową 200 g (***SOJ, SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , kompot owocowy 250 ml , ziemniaki z zieleniną 200 g , **Podwieczorek:** Jogurt owocowy saszetka 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 2 szt , jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2097.63 kcal; białko og.: 82.3 g; tł.: 66.33 g; węgl.og.: 306.48 g; węgl.przysw.: 281.29 g; kw.tł.nasyc.: 32.82 g; błonnik: 25.2 g; sól: 5.22 g; suma.cuk.prost.: 92.5 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 2024-08-29	**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,***), mozzarella 2 plastry 40 g , pomidor 100 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet po iławsku panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 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,***), twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***), sałatka z pomidora, sałaty lodowej i natki pietruszki 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2141.22 kcal; białko og.: 106.27 g; tł.: 66.77 g; węgl.og.: 296.85 g; węgl.przysw.: 264.77 g; kw.tł.nasyc.: 26 g; błonnik: 32.11 g; sól: 7 g; suma.cuk.prost.: 65.22 g;		
czwartek 2024-08-29	**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,***), mozzarella 2 plastry 40 g , pomidor 100 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka drobiowa z suszonymi pomidorami i bazylią gotowana 100 g , sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), 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,***), twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***), sałatka z pomidora, sałaty lodowej i natki pietruszki 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2208.11 kcal; białko og.: 112.57 g; tł.: 69.7 g; węgl.og.: 297.41 g; węgl.przysw.: 269.23 g; kw.tł.nasyc.: 26.5 g; błonnik: 28.22 g; sól: 6.76 g; suma.cuk.prost.: 64.16 g;		
czwartek 2024-08-29	**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,***), mozzarella 2 plastry 40 g , pomidor 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka drobiowa z suszonymi pomidorami i bazylią gotowana 100 g , sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** sok wielowarzywny 1 szt (***SEL,***),	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***), sałatka z pomidora, sałaty lodowej i natki pietruszki 70 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2052.47 kcal; białko og.: 110.62 g; tł.: 67.3 g; węgl.og.: 267.44 g; węgl.przysw.: 234.4 g; kw.tł.nasyc.: 27.6 g; błonnik: 38.13 g; sól: 7.71 g; suma.cuk.prost.: 76.3 g;		
czwartek 2024-08-29	**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,***), mozzarella 2 plastry 80 g , miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , mandarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , knedle na słodko ze śliwkami 3 szt , 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,***), twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***), sałatka z pomidora, sałaty lodowej i natki pietruszki 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2559.84 kcal; białko og.: 70.85 g; tł.: 68.33 g; węgl.og.: 434.42 g; węgl.przysw.: 397.53 g; kw.tł.nasyc.: 22.72 g; błonnik: 35.96 g; sól: 6.93 g; suma.cuk.prost.: 99.52 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 2024-08-29	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,***), mozzarella 2 plastry 40 g , mandarynka 1 szt ,	zupa żurek na wędzonce 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,***), kotlet po iławsku panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), 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 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 z koperkiem 100 g (***MLE,***), sałatka z pomidora, sałaty lodowej i natki pietruszki 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2237.92 kcal; białko og.: 106.44 g; tł.: 74.33 g; węgl.og.: 302.05 g; węgl.przysw.: 273.46 g; kw.tł.nasyc.: 28.71 g; błonnik: 28.63 g; sól: 6.47 g; suma.cuk.prost.: 80.1 g;		

czwartek 2024-08-29	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 35 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), szynkowa wieprzowa 70 g (***SEL, GOR,***), mozzarella 2 plastry 40 g , pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka drobiowa z suszonymi pomidorami i bazylią gotowana 100 g , sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , brokuły na parze 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,***), twarożek z koperkiem 100 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2202.32 kcal; białko og.: 111.49 g; tł.: 69.7 g; węgl.og.: 299.15 g; węgl.przysw.: 268.55 g; kw.tł.nasyc.: 28.06 g; błonnik: 28.74 g; sól: 5.71 g; suma.cuk.prost.: 81.26 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 2024-08-30	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa selerowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), filet z dorsza panierowany zapiekany z serem i pomidorem 100 g (***GLU, JAJ, RYB, MLE, ORZ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z cukinii i kapusty pekińskiej z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2429.48 kcal; białko og.: 97.52 g; tł.: 97.69 g; węgl.og.: 311.49 g; węgl.przysw.: 278.44 g; kw.tł.nasyc.: 37.16 g; błonnik: 32.84 g; sól: 6.01 g; suma.cuk.prost.: 49.58 g;		
piątek 2024-08-30	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***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,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa selerowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), pulpet z dorsza i warzyw gotowany 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, SEL, SEZ, MIĘ,***), sos grecki gęsty 50 ml (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , bukiet warzyw na parze 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2226.35 kcal; białko og.: 68.99 g; tł.: 81.16 g; węgl.og.: 320.31 g; węgl.przysw.: 288.11 g; kw.tł.nasyc.: 30.21 g; błonnik: 31.97 g; sól: 4.5 g; suma.cuk.prost.: 55.67 g;		
piątek 2024-08-30	**Jadłospis dla diety: 6 - Dieta z ogr. łatwo przysw. węglow. - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), chleb razowy 0 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa selerowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), pulpet z dorsza i warzyw gotowany 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, SEL, SEZ, MIĘ,***), sos grecki gęsty 50 ml (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z cukinii i kapusty pekińskiej z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** brzoskwinia 200 g ,	herbata z miętą 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2280.93 kcal; białko og.: 80.22 g; tł.: 94.98 g; węgl.og.: 302.34 g; węgl.przysw.: 259.11 g; kw.tł.nasyc.: 34.57 g; błonnik: 40.92 g; sól: 5.09 g; suma.cuk.prost.: 80.4 g;		
piątek 2024-08-30	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kefir 1,5% 1 szt (***MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kopytka ziemniaczane 7 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), pieczarki w śmietanie 50 ml (***MLE,***), surówka z cukinii i kapusty pekińskiej z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2672.29 kcal; białko og.: 83.4 g; tł.: 101.25 g; węgl.og.: 379.39 g; węgl.przysw.: 343.57 g; kw.tł.nasyc.: 45.14 g; błonnik: 33.49 g; sól: 5.05 g; suma.cuk.prost.: 65.6 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 2024-08-30	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
manna na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Sałata dekoracyjna 12 g , arbuz 220 g ,	zupa selerowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), filet z dorsza panierowany zapiekany z serem i pomidorem 100 g (***GLU, JAJ, RYB, MLE, ORZ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z cukinii i kapusty pekińskiej z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2592.18 kcal; białko og.: 100.16 g; tł.: 99.6 g; węgl.og.: 345.55 g; węgl.przysw.: 311.3 g; kw.tł.nasyc.: 39.19 g; błonnik: 34.04 g; sól: 6.24 g; suma.cuk.prost.: 73.46 g;		

piątek 2024-08-30	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
manna na mleku 2%tł. 150 ml (***GLU, MLE,***), kawa zbożowa z mlekiem 2% 250 ml (***GLU, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***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 , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa selerowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), pulpet z dorsza i warzyw gotowany 100 g (***GLU, SKR, JAJ, SOJ, SEL, SEZ, MIĘ,***), sos grecki gęsty 50 ml (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), 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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2212.01 kcal; białko og.: 73.99 g; tł.: 74.47 g; węgl.og.: 325.54 g; węgl.przysw.: 295.68 g; kw.tł.nasyc.: 34.13 g; błonnik: 29.89 g; sól: 4.25 g; suma.cuk.prost.: 82.42 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 2024-08-31	**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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szpinak baby 10 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kotlet mielony tradycyjny pieczony 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka meksykańska z kapusty, papryki i czerwonej fasoli z olejem 130 g (***JAJ,***), 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2376.1 kcal; białko og.: 84.38 g; tł.: 98.66 g; węgl.og.: 302.84 g; węgl.przysw.: 272.76 g; kw.tł.nasyc.: 28.94 g; błonnik: 30.11 g; sól: 6.79 g; suma.cuk.prost.: 50.27 g;		
sobota 2024-08-31	**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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szpinak baby 10 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), suflet mięsno-warzywny zapiekany 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SEZ,***), 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2408.25 kcal; białko og.: 83.72 g; tł.: 98.03 g; węgl.og.: 310.23 g; węgl.przysw.: 285.07 g; kw.tł.nasyc.: 29.24 g; błonnik: 25.16 g; sól: 6.72 g; suma.cuk.prost.: 48.76 g;		
sobota 2024-08-31	**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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), szpinak baby 10 g , papryka świeża 60 g , mandarynka 1 szt ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), suflet mięsno-warzywny zapiekany 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SEZ,***), sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka meksykańska z kapusty, papryki i czerwonej fasoli z olejem 130 g (***JAJ,***), 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2416.35 kcal; białko og.: 98.55 g; tł.: 108.84 g; węgl.og.: 278.89 g; węgl.przysw.: 242.51 g; kw.tł.nasyc.: 32.2 g; błonnik: 35.74 g; sól: 6.31 g; suma.cuk.prost.: 75.26 g;		
sobota 2024-08-31	**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 twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szpinak baby 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 Tartare 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2283.11 kcal; białko og.: 60.64 g; tł.: 92.29 g; węgl.og.: 317.33 g; węgl.przysw.: 285.86 g; kw.tł.nasyc.: 26.16 g; błonnik: 28.67 g; sól: 4.59 g; suma.cuk.prost.: 80.88 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 2024-08-31	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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), szpinak baby 10 g , mandarynka 1 szt ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kotlet mielony tradycyjny pieczony 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEZ,***), sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka meksykańska z kapusty, papryki i czerwonej fasoli z olejem 130 g (***JAJ,***), 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2469.72 kcal; białko og.: 88.85 g; tł.: 104.43 g; węgl.og.: 308.51 g; węgl.przysw.: 277.13 g; kw.tł.nasyc.: 29.86 g; błonnik: 30.22 g; sól: 6.93 g; suma.cuk.prost.: 57.77 g;		

sobota 2024-08-31	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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), suflet mięsno-warzywny zapiekany 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, SEZ,***), sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 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 Tartare 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi kurczaka plastry 70 g , roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2262.77 kcal; białko og.: 91.32 g; tł.: 79.64 g; węgl.og.: 309.35 g; węgl.przysw.: 280.32 g; kw.tł.nasyc.: 29.57 g; błonnik: 25.93 g; sól: 7.14 g; suma.cuk.prost.: 54.5 g;		

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