Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-21	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
serek wiejski 5%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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), miód 20 g , roszponka 10 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), wieprzowina na ostro duszona z warzywami 180 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kasza gryczana na sypko 200 g , sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g , 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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , Pomidor 60 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2367.15 kcal; białko og.: 105.59 g; tł.: 96.14 g; węgl.og.: 287.57 g; węgl.przysw.: 259.73 g; kw.tł.nasyc.: 38.3 g; błonnik: 27.84 g; sól: 5.56 g; suma.cuk.prost.: 38.88 g;		
poniedziałek 2024-10-21	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
serek wiejski 5%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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), miód 20 g , roszponka 10 g ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz z udźca indyka gotowany w warzywach 150 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), kasza jaglana 200 g , buraczki tarte 130 g , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 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,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , Pomidor 60 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2263.16 kcal; białko og.: 92.05 g; tł.: 76.26 g; węgl.og.: 312.4 g; węgl.przysw.: 290.57 g; kw.tł.nasyc.: 32.15 g; błonnik: 21.83 g; sól: 4.9 g; suma.cuk.prost.: 33.13 g;		
poniedziałek 2024-10-21	**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 1 szt (***JAJ,***), krakowska parzona drobiowa 35 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), sok wielowarzywny 1 szt (***SEL,***),	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz z udźca indyka gotowany w warzywach 150 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), kasza gryczana na sypko 200 g , sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g , 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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , Pomidor 60 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2244.77 kcal; białko og.: 100.22 g; tł.: 85.69 g; węgl.og.: 284.44 g; węgl.przysw.: 248.27 g; kw.tł.nasyc.: 33.93 g; błonnik: 39.12 g; sól: 9.98 g; suma.cuk.prost.: 56.85 g;		
poniedziałek 2024-10-21	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
serek wiejski 5%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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), miód 20 g , 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 , kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , Pomidor 60 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2326.83 kcal; białko og.: 93.35 g; tł.: 82.93 g; węgl.og.: 319.51 g; węgl.przysw.: 291.57 g; kw.tł.nasyc.: 35.46 g; błonnik: 27.94 g; sól: 6.2 g; suma.cuk.prost.: 42.96 g;		

Dietetyk
Anna Waszewska

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 2024-10-21	**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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), krakowska parzona drobiowa 35 g , miód 20 g , roszponka 10 g , jabłko 150 g ,	zupa z fasoli białej Jaś z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), wieprzowina na ostro duszona z warzywami 180 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, SEZ,***), kasza gryczana na sypko 200 g , sałatka z buraków, czerwonej cebulki i papryki 130 g , 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,***), ser żółty 50 g (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , Pomidor 60 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2589.18 kcal; białko og.: 104.81 g; tł.: 94.28 g; węgl.og.: 351.25 g; węgl.przysw.: 314.62 g; kw.tł.nasyc.: 37.91 g; błonnik: 33.33 g; sól: 5.53 g; suma.cuk.prost.: 57.73 g;		
poniedziałek 2024-10-21	**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,***), jajko gotowane 1 szt (***JAJ,***), krakowska parzona drobiowa 35 g , miód 20 g , roszponka 10 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa ziemniaczana z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), gulasz z udźca indyka gotowany w warzywach 150 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), kasza jaglana 200 g , buraczki tarte 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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2327.65 kcal; białko og.: 87.56 g; tł.: 78.78 g; węgl.og.: 326.53 g; węgl.przysw.: 304.69 g; kw.tł.nasyc.: 35 g; błonnik: 20.64 g; sól: 5 g; suma.cuk.prost.: 53.19 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-22	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , jabłko 150 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), schab w marynacie z curry duszony 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 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,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2274.41 kcal; białko og.: 93.27 g; tł.: 78.02 g; węgl.og.: 314.94 g; węgl.przysw.: 285.89 g; kw.tł.nasyc.: 29.37 g; błonnik: 26.97 g; sól: 6.43 g; suma.cuk.prost.: 76.47 g;		
wtorek 2024-10-22	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , jabłko 150 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos własny 50 ml (***GLU, 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,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2287.59 kcal; białko og.: 104.1 g; tł.: 73.79 g; węgl.og.: 314.77 g; węgl.przysw.: 289.29 g; kw.tł.nasyc.: 29.27 g; błonnik: 23.39 g; sól: 6.22 g; suma.cuk.prost.: 73.82 g;		
wtorek 2024-10-22	**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,***), Rukola 10 g , jabłko 150 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos własny 50 ml (***GLU, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** nektarynka 160 g ,	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,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2084.98 kcal; białko og.: 97.34 g; tł.: 76.47 g; węgl.og.: 268.94 g; węgl.przysw.: 235.78 g; kw.tł.nasyc.: 29.3 g; błonnik: 31.08 g; sól: 5.97 g; suma.cuk.prost.: 76.88 g;		
wtorek 2024-10-22	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , naleśniki na wytrawnie z pieczarkami i cebulką zapiekane z serem 2 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 130 g (***JAJ, 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,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2425.33 kcal; białko og.: 81.16 g; tł.: 86.45 g; węgl.og.: 347.96 g; węgl.przysw.: 317.73 g; kw.tł.nasyc.: 30.84 g; błonnik: 28.14 g; sól: 5.17 g; suma.cuk.prost.: 80.86 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-22	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , banan 180 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), schab w marynacie z curry duszony 100 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z porów i marchewki z dodatkiem majonezu 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 razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), sałata lodowa z ziołami i oliwą 70 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2200.83 kcal; białko og.: 89.85 g; tł.: 76.69 g; węgl.og.: 300.06 g; węgl.przysw.: 257.11 g; kw.tł.nasyc.: 28.51 g; błonnik: 25.63 g; sól: 5.65 g; suma.cuk.prost.: 78.96 g;		
wtorek 2024-10-22	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , banan 180 g ,	zupa krem z pomidorów z lanymi kluskami 315 ml (***GLU, MLE,***), bitka ze schabu duszona 100 g (***GLU,***), sos własny 50 ml (***GLU, 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,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2234.2 kcal; białko og.: 102.68 g; tł.: 67.83 g; węgl.og.: 314.07 g; węgl.przysw.: 273.52 g; kw.tł.nasyc.: 27.72 g; błonnik: 23.22 g; sól: 5.07 g; suma.cuk.prost.: 79.71 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-23	**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,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z selera i jabłka z jogurtem i olejem 130 g (***MLE, SEL,***), kompot owocowy 200 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,***), pasta z mięsa gotowanego i warzyw 100 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2437.54 kcal; białko og.: 104.32 g; tł.: 89.46 g; węgl.og.: 324.1 g; węgl.przysw.: 284.27 g; kw.tł.nasyc.: 28.01 g; błonnik: 38.59 g; sól: 6.83 g; suma.cuk.prost.: 83.96 g;		
środa 2024-10-23	**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 homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 8 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), dynia na parze 130 g , kompot owocowy 200 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,***), pasta z mięsa gotowanego i warzyw 100 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2563 kcal; białko og.: 101.25 g; tł.: 103.48 g; węgl.og.: 322.66 g; węgl.przysw.: 291.96 g; kw.tł.nasyc.: 28.14 g; błonnik: 30.05 g; sól: 5.89 g; suma.cuk.prost.: 105.26 g;		
środa 2024-10-23	**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,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , gruszki 160 g ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), roladka drobiowa z natką b/ml b/gl 96 g , sos warzywny b/ml b/glut 1 Por (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z selera i jabłka z jogurtem i olejem 130 g (***MLE, SEL,***), kompot owocowy 200 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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pasta z mięsa gotowanego i warzyw 100 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2323.77 kcal; białko og.: 109.91 g; tł.: 92.76 g; węgl.og.: 284.22 g; węgl.przysw.: 224.23 g; kw.tł.nasyc.: 26.87 g; błonnik: 38.24 g; sól: 6.65 g; suma.cuk.prost.: 102.19 g;		
środa 2024-10-23	**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,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi z twarogiem i masłem gotowane 8 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), dynia na parze 130 g , kompot owocowy 200 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,***), pasta z warzyw gotowanych 50 g , Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2161.2 kcal; białko og.: 70 g; tł.: 72.99 g; węgl.og.: 317.81 g; węgl.przysw.: 293.1 g; kw.tł.nasyc.: 25.13 g; błonnik: 24.06 g; sól: 3.91 g; suma.cuk.prost.: 88.45 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-23	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 35 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , gruszki 160 g ,	zupa żurek na wędzonce 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR, SO2,***), fasola po bretońsku (z fasoli suszonej Jaś) 180 g (***SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z selera i jabłka z jogurtem i olejem 130 g (***MLE, SEL,***), kompot owocowy 200 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,***), pasta z mięsa gotowanego i warzyw 100 g (***SEL,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2571.14 kcal; białko og.: 105.31 g; tł.: 88.94 g; węgl.og.: 358.62 g; węgl.przysw.: 300.57 g; kw.tł.nasyc.: 28.75 g; błonnik: 36.99 g; sól: 7.02 g; suma.cuk.prost.: 107.82 g;		

środa 2024-10-23	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 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek homogenizowany naturalny 4%tł. 1 szt (***MLE,***), szynka delikatesowa drobiowa 70 g (***SOJ, SEL,***), pomidor parzony 90 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa jarzynowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE,***), pierogi z twarogiem i masłem gotowane 8 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), dynia na parze 130 g , kompot owocowy 200 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,***), pasta z mięsa gotowanego i warzyw 100 g (***SEL,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2385.72 kcal; białko og.: 99.62 g; tł.: 80.87 g; węgl.og.: 326.82 g; węgl.przysw.: 303.22 g; kw.tł.nasyc.: 29.18 g; błonnik: 23.6 g; sól: 6.35 g; suma.cuk.prost.: 113.78 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-24	**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,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE,***), kotlet słoneczny drobiowy smażony 120 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***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,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2181.82 kcal; białko og.: 102.53 g; tł.: 73.45 g; węgl.og.: 292.59 g; węgl.przysw.: 263.97 g; kw.tł.nasyc.: 26.31 g; błonnik: 28.11 g; sól: 4.69 g; suma.cuk.prost.: 54.51 g;		
czwartek 2024-10-24	**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,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), pomidor 100 g ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), 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,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2156.53 kcal; białko og.: 106.37 g; tł.: 68.29 g; węgl.og.: 290.61 g; węgl.przysw.: 271.25 g; kw.tł.nasyc.: 28.62 g; błonnik: 19.38 g; sól: 4.8 g; suma.cuk.prost.: 51.46 g;		
czwartek 2024-10-24	**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,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos jarzynowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***SEL, GOR, SEZ,***), kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** jogurt naturalny 2%tł. 1 szt (***MLE,***),	herbata b/c 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2070.22 kcal; białko og.: 105.11 g; tł.: 71.04 g; węgl.og.: 269.61 g; węgl.przysw.: 237.38 g; kw.tł.nasyc.: 26.87 g; błonnik: 29.62 g; sól: 4.02 g; suma.cuk.prost.: 69.82 g;		
czwartek 2024-10-24	**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,***), mozzarella mini kuleczki 8 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , jabłko 150 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , placki z cukinii i ziemniaków w sosie jogurtowo-koperkowym 3 szt (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 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,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2244.26 kcal; białko og.: 70.82 g; tł.: 77.29 g; węgl.og.: 336.04 g; węgl.przysw.: 302.93 g; kw.tł.nasyc.: 28.98 g; błonnik: 30.48 g; sól: 4.8 g; suma.cuk.prost.: 80.57 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-24	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
zacierka na mleku 2% 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,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), jabłko 150 g , pomidor 100 g ,	zupa pejżanka z fasolą Jaś 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kotlet słoneczny drobiowy smażony 120 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z czerwonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g (***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,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), roszponka 10 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2335.23 kcal; białko og.: 105.34 g; tł.: 80.72 g; węgl.og.: 313.19 g; węgl.przysw.: 283.04 g; kw.tł.nasyc.: 31.02 g; błonnik: 27.54 g; sól: 4.62 g; suma.cuk.prost.: 85.65 g;		

czwartek 2024-10-24	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
zacierka na mleku 2% 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,***), schab pieczony 50 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa koperkowa z ryżem 315 ml (***GLU, MLE,***), sznycle drobiowe mielone z natką gotowane 100 g , sos jarzynowy 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 b/c 250 ml , chleb pszenno-żytni 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), pomidor parzony 90 g , serek Tartare 1 szt (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywny 200g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2314.44 kcal; białko og.: 105.82 g; tł.: 73.72 g; węgl.og.: 321.66 g; węgl.przysw.: 294.16 g; kw.tł.nasyc.: 27.74 g; błonnik: 25.62 g; sól: 3.97 g; suma.cuk.prost.: 82.63 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2024-10-25	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb razowy 70 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), pomidor 100 g , miód 20g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2345.96 kcal; białko og.: 80.22 g; tł.: 89.9 g; węgl.og.: 321.84 g; węgl.przysw.: 287.5 g; kw.tł.nasyc.: 30.59 g; błonnik: 33.72 g; sól: 5.69 g; suma.cuk.prost.: 76.73 g;		
piątek 2024-10-25	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), pomidor 100 g , miód 20g 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchew junior 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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2353.88 kcal; białko og.: 80.19 g; tł.: 85.74 g; węgl.og.: 330.55 g; węgl.przysw.: 301.57 g; kw.tł.nasyc.: 30.23 g; błonnik: 28.75 g; sól: 4.92 g; suma.cuk.prost.: 79.41 g;		
piątek 2024-10-25	**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,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), nektarynka 1 szt , pomidor 100 g ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka z kiszonej kapusty z dodatkiem oleju 130 g , kompot owocowy 250 ml , **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2174.16 kcal; białko og.: 76.34 g; tł.: 89.6 g; węgl.og.: 285.58 g; węgl.przysw.: 247.43 g; kw.tł.nasyc.: 30.59 g; błonnik: 37.53 g; sól: 5.01 g; suma.cuk.prost.: 93.49 g;		
piątek 2024-10-25	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
kakao 250 ml (***GLU, SOJ, MLE,***), bułka kajzerka 50g 0 g (***GLU, SEZ,***), chleb pszenno-żytni 70 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 , nektarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , knedle na słodko z truskawkami 250 g (***JAJ,***), surówka z kiszonej kapusty 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2616.14 kcal; białko og.: 64.97 g; tł.: 67.56 g; węgl.og.: 456.01 g; węgl.przysw.: 419.27 g; kw.tł.nasyc.: 25.69 g; błonnik: 36.1 g; sól: 4.65 g; suma.cuk.prost.: 107.78 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-25	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,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , Kubuś galaretka 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), Rukola 10 g , **Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2481.81 kcal; białko og.: 82.63 g; tł.: 88.69 g; węgl.og.: 356.53 g; węgl.przysw.: 320.98 g; kw.tł.nasyc.: 29.74 g; błonnik: 34.93 g; sól: 5.78 g; suma.cuk.prost.: 92.9 g;		

piątek 2024-10-25	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,***), pasta z twarogu i szpinaku 100 g (***MLE, SEL,***), miód 20g 1 szt , liść sałaty masłowej 6 g , Kubuś galaretka 1 szt ,	zupa brokułowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR,***), Łosoś pieczony z ziołami 90 g (***MLE,***), sos rybny 50 ml (***GLU, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchew junior 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,***), Sałatka warzywna 150 g (***JAJ, SEL,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 2 plastry 38 g (***MLE,***), **Posiłek nocny:** mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2383.83 kcal; białko og.: 79.71 g; tł.: 83.89 g; węgl.og.: 341.73 g; węgl.przysw.: 314.07 g; kw.tł.nasyc.: 29.33 g; błonnik: 27.44 g; sól: 4.65 g; suma.cuk.prost.: 92.38 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2024-10-26	**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,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), zrazy mielone z pieczarkami duszone w sosie własnym 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), sałata lodowa z pomidorem parzonym i oliwą 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2446.03 kcal; białko og.: 81.6 g; tł.: 99.29 g; węgl.og.: 325.52 g; węgl.przysw.: 287.42 g; kw.tł.nasyc.: 27.64 g; błonnik: 37.45 g; sól: 7.35 g; suma.cuk.prost.: 76.39 g;		
sobota 2024-10-26	**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,***), Sałata dekoracyjna 12 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), sałata lodowa z pomidorem parzonym i oliwą 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2415.77 kcal; białko og.: 85.61 g; tł.: 94.22 g; węgl.og.: 321.08 g; węgl.przysw.: 291.1 g; kw.tł.nasyc.: 28.6 g; błonnik: 29.32 g; sól: 6.99 g; suma.cuk.prost.: 74.55 g;		
sobota 2024-10-26	**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 , Sałata dekoracyjna 12 g , Pomidor 60 g , mandarynka 1 szt ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, 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:** 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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), sałata lodowa z pomidorem parzonym i oliwą 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2328.09 kcal; białko og.: 97.64 g; tł.: 98.9 g; węgl.og.: 281.17 g; węgl.przysw.: 242.9 g; kw.tł.nasyc.: 30.97 g; błonnik: 37.62 g; sól: 6.75 g; suma.cuk.prost.: 91.41 g;		
sobota 2024-10-26	**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,***), serek Tartare 3 szt (***MLE,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g , mandarynka 1 szt ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kopytka ziemniaczane 7 szt (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), pieczarki w śmietanie 50 ml (***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,***), ser twarogowy Haga 3 szt (***MLE,***), miód 20g 1 szt , sałata lodowa z pomidorem parzonym i oliwą 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2602.62 kcal; białko og.: 64.5 g; tł.: 96.21 g; węgl.og.: 389.63 g; węgl.przysw.: 347.39 g; kw.tł.nasyc.: 34.97 g; błonnik: 40.28 g; sól: 4.78 g; suma.cuk.prost.: 96.74 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-26	Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.	
kaszka kukurydziana na mleku 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,***), krakowska parzona drobiowa 70 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 50 ml (***GLU, MLE, 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:** 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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), sałata lodowa z pomidorem parzonym i oliwą 80 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2574.1 kcal; białko og.: 90.88 g; tł.: 98.71 g; węgl.og.: 348.28 g; węgl.przysw.: 310.81 g; kw.tł.nasyc.: 29.32 g; błonnik: 35.61 g; sól: 8.32 g; suma.cuk.prost.: 96.67 g;		

sobota 2024-10-26	Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.	
kaszka kukurydziana na mleku 150 ml (***GLU, 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 , banan 180 g ,	zupa krupnik z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), kofty mielone wieprzowe opiekane 100 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEZ,***), sos pomidorowy 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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), wędlina z piersi kurczaka plastry 70 g , pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2354.79 kcal; białko og.: 96.22 g; tł.: 71.89 g; węgl.og.: 346.62 g; węgl.przysw.: 312.67 g; kw.tł.nasyc.: 28.94 g; błonnik: 32.08 g; sól: 7.71 g; suma.cuk.prost.: 97.83 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2024-10-27	**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,***), Rukola 10 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 , sałatka z ogórka kiszonego z olejem 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 , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2291.93 kcal; białko og.: 99.75 g; tł.: 82.6 g; węgl.og.: 300.56 g; węgl.przysw.: 274.6 g; kw.tł.nasyc.: 31.27 g; błonnik: 25.96 g; sól: 6.86 g; suma.cuk.prost.: 74.37 g;		
niedziela 2024-10-27	**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,***), udko z kurczaka gotowane 150 g (***SEL, GOR,***), sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 169 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 , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2327.36 kcal; białko og.: 101.25 g; tł.: 79.92 g; węgl.og.: 312.32 g; węgl.przysw.: 289.53 g; kw.tł.nasyc.: 31.33 g; błonnik: 22.79 g; sól: 4.4 g; suma.cuk.prost.: 78.31 g;		
niedziela 2024-10-27	**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,***), Rukola 10 g , papryka świeża 60 g , gruszki 160 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka gotowane 150 g (***SEL, GOR,***), sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , sałatka z ogórka kiszonego z olejem 130 g (***JAJ, SOJ, SEL, GOR,***), 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 , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2127.8 kcal; białko og.: 96.6 g; tł.: 80.52 g; węgl.og.: 270.95 g; węgl.przysw.: 221.29 g; kw.tł.nasyc.: 31.51 g; błonnik: 29.17 g; sól: 6.18 g; suma.cuk.prost.: 86.92 g;		
niedziela 2024-10-27	**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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Rukola 10 g , gruszki 160 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , łazanki z owocami na słodko 350 g (***GLU, JAJ, MLE,***), surówka z jabłek i tartej marchewki 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 , miód 20g 1 szt , pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2465.68 kcal; białko og.: 82.94 g; tł.: 68.31 g; węgl.og.: 399.15 g; węgl.przysw.: 345.68 g; kw.tł.nasyc.: 34.68 g; błonnik: 32.03 g; sól: 4.66 g; suma.cuk.prost.: 118.57 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-27	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 , gruszki 160 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 , sałatka z ogórka kiszonego z olejem 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 pszenno-żytni 105 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:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2527.28 kcal; białko og.: 100.22 g; tł.: 81.81 g; węgl.og.: 363.25 g; węgl.przysw.: 297.5 g; kw.tł.nasyc.: 30.46 g; błonnik: 27.92 g; sól: 8.32 g; suma.cuk.prost.: 84.2 g;		

niedziela 2024-10-27	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,***), Rukola 10 g , jabłko parzone 150 g ,	rosół drobiowy z drobnym makaronem 315 ml (***GLU, JAJ,***), udko z kurczaka gotowane 150 g (***SEL, GOR,***), sos pietruszkowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , cukinia zapiekana 169 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 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2441.3 kcal; białko og.: 99.21 g; tł.: 79.27 g; węgl.og.: 347.43 g; węgl.przysw.: 302.17 g; kw.tł.nasyc.: 30.52 g; błonnik: 26.03 g; sól: 5.64 g; suma.cuk.prost.: 86.78 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2024-10-28	**Jadłospis dla diety: 1 - Dieta podstawowa - dorośli.**	
serek wiejski 5%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,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), potrawka z indyka po chińsku duszona 180 g (***GLU, SKR, SOJ, ŁUB, GRZ,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka meksykańska z kapusty, papryki i czerwonej fasoli z olejem 130 g (***JAJ,***), 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,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2318.17 kcal; białko og.: 108.67 g; tł.: 95.75 g; węgl.og.: 275.38 g; węgl.przysw.: 244.69 g; kw.tł.nasyc.: 39.62 g; błonnik: 30.7 g; sól: 6.76 g; suma.cuk.prost.: 39.76 g;		
poniedziałek 2024-10-28	**Jadłospis dla diety: 2 - Dieta łatwostrawna - dorośli.**	
serek wiejski 5%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,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), 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 z rumiankiem 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,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2311.02 kcal; białko og.: 96.71 g; tł.: 86.86 g; węgl.og.: 296.69 g; węgl.przysw.: 274.12 g; kw.tł.nasyc.: 35.56 g; błonnik: 22.57 g; sól: 6.15 g; suma.cuk.prost.: 38.46 g;		
poniedziałek 2024-10-28	**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,***), szynkowa wieprzowa 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), Pomidor 60 g , liść sałaty dekoracyjnej 10 g , sok wielowarzywny 1 szt (***SEL,***),	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), potrawka z indyka gotowana w warzywach 180 g (***GLU, MLE, SEL,***), ryż brązowy na sypko 200 g , surówka meksykańska z kapusty, papryki i czerwonej fasoli z olejem 130 g (***JAJ,***), 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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2240.13 kcal; białko og.: 94.6 g; tł.: 89.89 g; węgl.og.: 281.29 g; węgl.przysw.: 242.6 g; kw.tł.nasyc.: 35.92 g; błonnik: 41.65 g; sól: 6.98 g; suma.cuk.prost.: 61.99 g;		
poniedziałek 2024-10-28	**Jadłospis dla diety: 11 WE - dieta wegetariańska - dorośli.**	
serek wiejski 5%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,***), mozzarella mini kuleczki 8 szt (***MLE,***), dżem 25 g (***SO2,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , Krokiety ziemniaczane z fetą i susz. pomidorami 250 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), surówka meksykańska z kapusty, papryki i czerwonej fasoli z olejem 130 g (***JAJ,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z rumiankiem 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), ser żółty półtwardy 70 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2402.01 kcal; białko og.: 92.83 g; tł.: 103.59 g; węgl.og.: 291.17 g; węgl.przysw.: 266.98 g; kw.tł.nasyc.: 41.18 g; błonnik: 24.21 g; sól: 6.75 g; suma.cuk.prost.: 43.71 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-28	**Jadłospis dla diety: P1 - Dieta podstawowa.**	
lane kluski 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 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), Pomidor 60 g , jabłko 150 g ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), potrawka z indyka po chińsku duszona 180 g (***GLU, SKR, SOJ, ŁUB, GRZ,***), ryż brązowy na sypko 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 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,***), ser żółty 50 g (***MLE,***), sałata lodowa z parzonym pomidorem pod delikatnym winegretem 80 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2524.89 kcal; białko og.: 102.24 g; tł.: 92.45 g; węgl.og.: 342.47 g; węgl.przysw.: 306.6 g; kw.tł.nasyc.: 39.01 g; błonnik: 32.58 g; sól: 6.33 g; suma.cuk.prost.: 62.09 g;		
poniedziałek 2024-10-28	**Jadłospis dla diety: P2 - Dieta łatwostrawna.**	
lane kluski 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 50 g (***SEL, GOR,***), mozzarella mini kuleczki 4 szt (***MLE,***), liść sałaty dekoracyjnej 10 g , Mus owocowy K 100g 1 szt ,	barszcz czerwony z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, SEL,***), 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 , **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,***), ser Milandia z ziołami i warzywami 4 plastry 75 g (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** pasztecik z warzywami 30g 1 szt (***GLU, JAJ, MLE, SEZ,***),
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2408.67 kcal; białko og.: 93.55 g; tł.: 82.86 g; węgl.og.: 332.9 g; węgl.przysw.: 309.51 g; kw.tł.nasyc.: 36.97 g; błonnik: 22.19 g; sól: 5.7 g; suma.cuk.prost.: 58.13 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2024-10-29	**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,***), pasta z 2 jaj ze suszonymi pomidorami i bazylią 100 g (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), zrazy ze schabu zawijane z kiszoną kapustą i śliwką duszone 100 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEL, GOR, SO2,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***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,***), wędlina z piersi indyka 70 g (***SOJ, SEL,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2381.03 kcal; białko og.: 91.07 g; tł.: 82.1 g; węgl.og.: 333.16 g; węgl.przysw.: 305.15 g; kw.tł.nasyc.: 29.86 g; błonnik: 28.03 g; sól: 5.95 g; suma.cuk.prost.: 80.94 g;		
wtorek 2024-10-29	**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,***), pasta z 2 jaj ze suszonymi pomidorami i bazylią 100 g (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), rolada ze schabu z natką gotowana 100 g (***JAJ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchewka gotowana 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,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2421.25 kcal; białko og.: 94.31 g; tł.: 82.01 g; węgl.og.: 337.99 g; węgl.przysw.: 312.31 g; kw.tł.nasyc.: 29.34 g; błonnik: 25.71 g; sól: 6.67 g; suma.cuk.prost.: 78.13 g;		
wtorek 2024-10-29	**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,***), pasta z 2 jaj ze suszonymi pomidorami i bazylią 100 g (***JAJ,***), Sałata dekoracyjna 12 g , jabłko 150 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), rolada ze schabu z natką gotowana 100 g (***JAJ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), 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,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2078.4 kcal; białko og.: 89.71 g; tł.: 80.17 g; węgl.og.: 266.26 g; węgl.przysw.: 235.01 g; kw.tł.nasyc.: 30.27 g; błonnik: 29.18 g; sól: 6.19 g; suma.cuk.prost.: 74.07 g;		
wtorek 2024-10-29	**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,***), pasta z 2 jaj ze suszonymi pomidorami i bazylią 100 g (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , pierogi leniwe z masłem i cukrem 220 g (***GLU, JAJ, MLE,***), marchewka gotowana 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 Tartare 3 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2448.66 kcal; białko og.: 94.54 g; tł.: 87.2 g; węgl.og.: 332.16 g; węgl.przysw.: 307.74 g; kw.tł.nasyc.: 33.21 g; błonnik: 24.42 g; sól: 4.1 g; suma.cuk.prost.: 89.09 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-29	**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,***), pasta z 2 jaj ze suszonymi pomidorami i bazylią 100 g (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa ogórkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU, MLE, GOR,***), zrazy ze schabu zawijane z kiszoną kapustą i śliwką duszone 100 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEL, GOR, SO2,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , mizeria z sosem jogurtowym 130 g (***MLE,***), 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,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2229.34 kcal; białko og.: 85.21 g; tł.: 79.24 g; węgl.og.: 305.81 g; węgl.przysw.: 263.04 g; kw.tł.nasyc.: 28.58 g; błonnik: 25.44 g; sól: 5.6 g; suma.cuk.prost.: 71.07 g;		
wtorek 2024-10-29	**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,***), pasta z 2 jaj ze suszonymi pomidorami i bazylią 100 g (***JAJ,***), miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , banan 180 g ,	zupa Solferino z zielonym groszkiem 315 ml (***GLU, MLE,***), rolada ze schabu z natką gotowana 100 g (***JAJ,***), sos ziołowy 50 ml (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , marchewka gotowana 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,***), serek Tartare 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** sok smoothie 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2320.63 kcal; białko og.: 89.56 g; tł.: 79.33 g; węgl.og.: 322.07 g; węgl.przysw.: 281.45 g; kw.tł.nasyc.: 28.09 g; błonnik: 23.33 g; sól: 6.01 g; suma.cuk.prost.: 69.7 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2024-10-30	**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,***), twarożek z zieleniną 100 g (***MLE, SEL,***), Rukola 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***),	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), pierogi z ziemniakami, serem i wędzonym boczkiem 7 szt (***SEL, GOR, SO2,***), surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), 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,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2490.87 kcal; białko og.: 103.04 g; tł.: 86.95 g; węgl.og.: 340.55 g; węgl.przysw.: 310.54 g; kw.tł.nasyc.: 36.03 g; błonnik: 30.02 g; sól: 5.04 g; suma.cuk.prost.: 77.16 g;		
środa 2024-10-30	**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,***), twarożek z zieleniną 100 g (***MLE, SEL,***), Rukola 10 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***),	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotleciki z cukinii, warzyw i mięsa mielonego opiekane 130 g (***JAJ, SEL,***), sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), 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,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2276.62 kcal; białko og.: 105.67 g; tł.: 68.65 g; węgl.og.: 324.14 g; węgl.przysw.: 295.48 g; kw.tł.nasyc.: 31.15 g; błonnik: 28.67 g; sól: 4.37 g; suma.cuk.prost.: 77.23 g;		
środa 2024-10-30	**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,***), twarożek z zieleniną 100 g (***MLE, SEL,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Rukola 10 g , gruszki 160 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotleciki z cukinii, warzyw i mięsa mielonego opiekane 130 g (***JAJ, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 250 ml , sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), **Podwieczorek:** kiwi szt 1 szt ,	herbata z miętą 250 ml , chleb razowy 90 g (***GLU, SOJ, ORZ, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2202.7 kcal; białko og.: 100.76 g; tł.: 77.19 g; węgl.og.: 298.04 g; węgl.przysw.: 240.02 g; kw.tł.nasyc.: 31.71 g; błonnik: 37.56 g; sól: 4.21 g; suma.cuk.prost.: 91.68 g;		
środa 2024-10-30	**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,***), twarożek z zieleniną 100 g (***MLE, SEL,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), pomidorki koktajlowe 40 g , Rukola 10 g , gruszki 160 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kotlet z fasoli i warzyw pieczony 150 g (***JAJ, MLE, SEL,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), kompot owocowy 250 ml ,	herbata z miętą 250 ml , chleb pszenno-żytni 140 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), serek Kanapkowy mini 30g 2 szt , miód 20g 1 szt , Sałata dekoracyjna 12 g , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2403.87 kcal; białko og.: 76.45 g; tł.: 75.61 g; węgl.og.: 375.1 g; węgl.przysw.: 319.06 g; kw.tł.nasyc.: 31.85 g; błonnik: 35.57 g; sól: 4.67 g; suma.cuk.prost.: 97.05 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-30	**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 z zieleniną 100 g (***MLE, SEL,***), pomidorki koktajlowe 40 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), gruszki 160 g ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), pierogi z ziemniakami, serem i wędzonym boczkiem 7 szt (***SEL, GOR, SO2,***), surówka Colesław z chrzanem i majonezem 130 g (***JAJ, MLE,***), 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,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), Sałata dekoracyjna 12 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2498.4 kcal; białko og.: 104.05 g; tł.: 87.69 g; węgl.og.: 340.31 g; węgl.przysw.: 292.31 g; kw.tł.nasyc.: 37.03 g; błonnik: 27.52 g; sól: 4.38 g; suma.cuk.prost.: 96.36 g;		
środa 2024-10-30	**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,***), twarożek z zieleniną 100 g (***MLE, SEL,***), pomidor parzony 90 g , dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), Mus owocowy K 100g 1 szt ,	zupa selerowa z makaronem 315 ml (***GLU, JAJ, MLE, SEL,***), kotleciki z cukinii, warzyw i mięsa mielonego opiekane 130 g (***JAJ, SEL,***), sos beszamelowy 50 ml (***GLU, MLE,***), 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 105 g (***GLU, SEZ,***), masło 15g 82% 1 szt (***MLE,***), galaretka z piersi kurczaka z warzywami 120 g (***SEL,***), pomidor parzony 90 g , serek Kanapkowy mini 30g 1 szt , **Posiłek nocny:** mus warzywny 100g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2363.85 kcal; białko og.: 110.41 g; tł.: 70.26 g; węgl.og.: 338.62 g; węgl.przysw.: 308.08 g; kw.tł.nasyc.: 32.2 g; błonnik: 30.56 g; sól: 4.23 g; suma.cuk.prost.: 102.9 g;		

Dietetyk

.....

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

Jadłospisy dla oddziałów

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2024-10-31	**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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2287.44 kcal; białko og.: 113.27 g; tł.: 83.17 g; węgl.og.: 289.22 g; węgl.przysw.: 253.91 g; kw.tł.nasyc.: 24.97 g; błonnik: 34.66 g; sól: 5.95 g; suma.cuk.prost.: 61.27 g;		
czwartek 2024-10-31	**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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), pierś z kurczaka pieczona z ziołami 100 g (***SEL, GOR,***), sos marchewkowy 50 ml (***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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2220.55 kcal; białko og.: 108.23 g; tł.: 79.11 g; węgl.og.: 282.36 g; węgl.przysw.: 255.26 g; kw.tł.nasyc.: 23.27 g; błonnik: 26.46 g; sól: 5.35 g; suma.cuk.prost.: 58.22 g;		
czwartek 2024-10-31	**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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , jabłka 160 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), pierś z kurczaka pieczona z ziołami 100 g (***SEL, GOR,***), sos marchewkowy 50 ml (***MLE, SEL, GOR,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 130 g , 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,***), parówki wysokogatunkowe z indyka na ciepło 70 g (***SOJ, SEL, GOR,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2184.1 kcal; białko og.: 109.12 g; tł.: 79.76 g; węgl.og.: 276.07 g; węgl.przysw.: 235.96 g; kw.tł.nasyc.: 23.33 g; błonnik: 42.49 g; sól: 8.59 g; suma.cuk.prost.: 80.06 g;		
czwartek 2024-10-31	**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,***), jajka gotowane 2 szt (***JAJ,***), pomidor 100 g , jabłka 160 g ,	zupa obiadowa wegetariańska 315 ml , kartacze z pieczarkami i duszoną cebulką 2 szt , surówka po tajsku z ananasem i olejem 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,***), dżem 25 g 1 szt (***SO2,***), roszponka 10 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2166.85 kcal; białko og.: 59.01 g; tł.: 67.82 g; węgl.og.: 349.28 g; węgl.przysw.: 310.79 g; kw.tł.nasyc.: 23.92 g; błonnik: 34.47 g; sól: 6 g; suma.cuk.prost.: 90.84 g;		

Dietetyk

.....

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 2024-10-31	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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor 100 g , jabłka 160 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), kotlet devolay panierowany pieczony 100 g (***GLU, JAJ, MLE, ORZ,***), ziemniaki z zieleniną 200 g , surówka po tajsku z ananasem i olejem 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 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,***), ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), roszponka 10 g , ogórek kiszony 100 g (***GOR,***), **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2394.63 kcal; białko og.: 112.61 g; tł.: 87.31 g; węgl.og.: 308.44 g; węgl.przysw.: 272.39 g; kw.tł.nasyc.: 26.71 g; błonnik: 33.37 g; sól: 7.47 g; suma.cuk.prost.: 76.6 g;		

czwartek 2024-10-31	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,***), schab pieczony 70 g (***GLU, MLE, SEL, GOR,***), pomidor parzony 90 g , jabłko parzone 150 g ,	zupa zacierkowa z ziemniakami 315 ml (***GLU,***), pierś z kurczaka pieczona z ziołami 100 g (***SEL, GOR,***), sos marchewkowy 50 ml (***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,***), wędlina z piersi kurczaka plastry 70 g , ser twarogowy Haga 1 szt (***MLE,***), pomidor parzony 90 g , **Posiłek nocny:** smoothie warzywne 250g 1 szt ,
Wartości odżywcze: wartość.energet.: 2124.27 kcal; białko og.: 111.43 g; tł.: 62.49 g; węgl.og.: 295.44 g; węgl.przysw.: 264.25 g; kw.tł.nasyc.: 25.28 g; błonnik: 28.65 g; sól: 5.02 g; suma.cuk.prost.: 76.58 g;		

Dietetyk

.....

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