

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Galaretką drobiowa bez soli (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) (MLE), ogórek zielony, Mix sałat 10g, Pestki Dyni (OZI, ORZ, SEL, SEZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Kompot b/cukru 250ml (SEL), Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bigos z mięsem drobiowym i pieczarkami 300g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bułka grahamka 1szt(1) (GLU), Surówka z selera i jabłka R (SEL, GOR), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g,	Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g, Jajko 1szt. (JAJ), Pasta twarogowa z koperkiem i wędliną bez soli (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Sałatka z kapusty pekińskiej, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Melon,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2100.68 kcal; Białko ogółem: 88.37 g; Tłuszcz: 72.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.67 g; Węglowodany ogółem: 279.38 g; suma cukrów prostych: 65.95 g; Błonnik pokarmowy: 40.30 g; Sól: 6.82 g

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Galaretką drobiowa bez soli (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) (MLE), Marchewka baby z olejem, jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), Zupa mleczna z płatkami owsianymi R (GLU, MLE), Herbata b/cukru 250ml,	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), SOS mięsno-pomidorowy (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), ryż na sypko 200g (GLU), Cukinia gotowana z olejem (SEL), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g, Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g, Twaróg półtłusty Włoszczowa (MLE), Pasta twarogowa z koperkiem i wędliną bez soli (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), sałata zielona z pomidorem bez skóry i olejem, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Melon,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2191.18 kcal; Białko ogółem: 93.29 g; Tłuszcz: 68.07 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.58 g; Węglowodany ogółem: 303.68 g; suma cukrów prostych: 69.77 g; Błonnik pokarmowy: 25.26 g; Sól: 4.65 g

poniedziałek 2025-03-31 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Galaretką drobiowa bez soli (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) (MLE), Marchewka baby z olejem,	Zupa koperkowa z ziemniakami 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), SOS mięsno-pomidorowy (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Cukinia gotowana z olejem (SEL), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g, Twaróg z jogurtem naturalnym (MLE), Pasta twarogowa z koperkiem i wędliną bez soli (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Mus z buraka z jabłkiem, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Melon,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1006.08 kcal; Białko ogółem: 44.07 g; Tłuszcz: 36.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.97 g; Węglowodany ogółem: 128.20 g; suma cukrów prostych: 34.18 g; Błonnik pokarmowy: 16.24 g; Sól: 2.26 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica sopocka Bieleś (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta z soczewicy bez soli (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), pomidor , Kakao R b/cukru (MLE), Mix sałat 10g , Orzechy włoskie (OZI, ORZ, SEL, SEZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), II Śniadanie: Jabłko 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem R na wywarze drobiowo-warzywnym 250g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kurczak duszony 140g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bukiet jarzyn z olejem , Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g (MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szynka drobiowa gotowana Duda (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z rybą gotowaną bez soli (SKR, RYB, MLE), Papryka świeża , Herbata b/cukru 250ml , Posiłek nocny: sok warzywny 300ml Fortuna (SEL),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2180.51 kcal; Białko ogółem: 102.48 g; Tłuszcz: 77.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.93 g; Węglowodany ogółem: 274.16 g; suma cukrów prostych: 56.56 g; Błonnik pokarmowy: 33.42 g; Sól: 5.35 g

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica sopocka Bieleś (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Twaróg z koperkiem R (MLE), pomidor b/s , Kakao R b/cukru (MLE), Mix sałat 10g , Koktajl truskawkowy bez cukru (MLE), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), II Śniadanie: Jabłko 100g ,	Zupa szpinakowa z ryżem R na wywarze drobiowo-warzywnym 250g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pałka z kurczaka gotowana 140g (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Bukiet jarzyn z olejem , Kompot b/cukru 250ml (SEL), Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g (MLE),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szynka drobiowa gotowana Duda (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z rybą gotowaną bez soli (SKR, RYB, MLE), Dynia gotowana z olejem , Herbata b/cukru 250ml , Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2032.92 kcal; Białko ogółem: 106.72 g; Tłuszcz: 67.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.05 g; Węglowodany ogółem: 256.69 g; suma cukrów prostych: 64.53 g; Błonnik pokarmowy: 29.68 g; Sól: 5.42 g

wtorek 2025-04-01 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica sopocka Bieleś (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Twaróg z koperkiem R (MLE), pomidor b/s plastry , Mix sałat 10g , Kakao R b/cukru (MLE), II Śniadanie: Mus jabłkowy ,	Zupa szpinakowa z ryżem R na wywarze drobiowo-warzywnym 250g (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Mięso drob.mielone z sosem (GLU), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), bukiet jarzyn , Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szynka drobiowa gotowana Duda (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z rybą gotowaną bez soli (SKR, RYB, MLE), Dynia gotowana z olejem , Herbata b/cukru 250ml , Posiłek nocny: Musiak burak, dynia, jabłko ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1152.74 kcal; Białko ogółem: 58.07 g; Tłuszcz: 38.95 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.80 g; Węglowodany ogółem: 194.85 g; suma cukrów prostych: 41.10 g; Błonnik pokarmowy: 14.43 g; Sól: 2.59 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Bułka kajzerka 1 szt(1) (GLU), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Twarożek z truskawkami (MLE), Polędwica premium Cedrob (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Pomidory koktajlowe , Rukola 10g , Herbata b/cukru 250ml , jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pulpet gotowany drobiowy R (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sos ogórkowy (GLU, MLE, SEL, GOR), Marchew z groszkiem (GLU, SEL), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g , Kompot b/cukru 250ml (SEL),	Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szynka szkolna Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) (MLE), Rzodkiew biała , Herbata b/cukru 250ml , Śledzik na raz Lisner 100g (SKR, JAJ, RYB, SOJ, MLE, SEL, GOR),
II Śniadanie: Banan 100g ,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2272.54 kcal; Białko ogółem: 86.47 g; Tłuszcz: 70.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.64 g; Węglowodany ogółem: 331.18 g; suma cukrów prostych: 73.51 g; Błonnik pokarmowy: 33.61 g; Sól: 8.10 g

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
Bułka kajzerka 1 szt(1) (GLU), bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Twarożek z truskawkami (MLE), Polędwica premium Cedrob (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Rukola 10g , Cukinia gotowana z olejem (SEL), Herbata b/cukru 250ml , jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), budyń mleczny bez cukru (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR),	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pulpet gotowany drobiowy R (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sos koperkowy 100ml R (GLU, MLE), Marchewka zagęszczana R (GLU, SEL), Kompot b/cukru 250ml (SEL), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g ,	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szynka szkolna Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) (MLE), Sałatka z kapusty pekińskiej z pomidorami bez skóry , Herbata b/cukru 250ml , Ryba z warzywami w galarecie (GLU, SKR, RYB, ORZ, SEL, GOR, SEZ),
II Śniadanie: Banan 100g ,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2153.27 kcal; Białko ogółem: 96.38 g; Tłuszcz: 59.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.27 g; Węglowodany ogółem: 316.33 g; suma cukrów prostych: 87.67 g; Błonnik pokarmowy: 26.61 g; Sól: 5.72 g;

środa 2025-04-02 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
Bułka kajzerka 1 szt(1) (GLU), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Herbata b/cukru 250ml , Twarożek z truskawkami (MLE), Polędwica premium Cedrob (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Cukinia gotowana z olejem (SEL),	Zupa pomidorowa z makaronem 250ml R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pulpet drobiowy gotowany (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sos koperkowy 100ml R (GLU, MLE), Ziemniaki z ziołami , Marchewka zagęszczana R (GLU, SEL), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	Rama Omega-3 10g , bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Pasta twarogowa z brokułem b.soli(ser twarogowy mielony President , brokuły mrożone) (MLE), Szynka szkolna Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Ryba z warzywami w galarecie (GLU, SKR, RYB, ORZ, SEL, GOR, SEZ), pomidor b/s , Herbata b/cukru 250ml ,
II Śniadanie: Banan 100g ,		Posiłek nocny: Musiak burak, dynia, jabłko ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1071.61 kcal; Białko ogółem: 44.48 g; Tłuszcz: 32.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 12.01 g; Węglowodany ogółem: 155.17 g; suma cukrów prostych: 44.72 g; Błonnik pokarmowy: 11.82 g; Sól: 3.03 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica wiśniowa Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pieczeń drobiowa z papryką bez soli (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ), Mix sałat , ogórek zielony , Kawa z mlekiem bez cukru (GLU, MLE), Słonecznik, nasiona (OZI, ORZ, SEZ), Pasta Warzywna Cukinia z ciecierzycą plantujemy 90g (GLU, RYB, SOJ, SEL, GOR),	Żurek na maślanie 250ml na wywarze warzywnym zabieleny (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron pełnoziarnisty z warzywami 300g R (GLU, JAJ, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sałatka z kapusty pekińskiej , Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. (MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g , Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Polędwica sopocka Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) (MLE), Sałatka jarzynowa (SEL), Herbata b/c 250ml R (SEL, GOR), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),
II Śniadanie: Mandarynka 100g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2355.48 kcal; Białko ogółem: 77.45 g; Tłuszcz: 75.10 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.17 g; Węglowodany ogółem: 341.93 g; suma cukrów prostych: 65.19 g; Błonnik pokarmowy: 31.45 g; Sól: 7.25 g

czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica wiśniowa Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pieczeń drobiowa z brokułami bez soli (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ), Bukiet jarzyn z olejem , Mix sałat , Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g , Kawa z mlekiem bez cukru (GLU, MLE, SEL, GOR), Kisiel owocowy bez cukru (GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR),	Żurek na maślanie 250ml na wywarze warzywnym zabieleny (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron z warzywami 300g R (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Dynia gotowana , Mus jabłkowy Agiberia 120g/szt. (MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Polędwica sopocka Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) (MLE), Mus z buraka z jabłkiem , Herbata b/cukru 250ml , jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),
II Śniadanie: Mandarynka 100g ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2109.44 kcal; Białko ogółem: 85.38 g; Tłuszcz: 62.17 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.97 g; Węglowodany ogółem: 306.45 g; suma cukrów prostych: 87.21 g; Błonnik pokarmowy: 28.21 g; Sól: 5.02 g

czwartek 2025-04-03 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica wiśniowa Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pieczeń drobiowa z brokułami (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ), Bukiet jarzyn z olejem , Herbata b/cukru 250ml , Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g ,	Żurek na maślanie 125ml na wywarze warzywnym zabieleny (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Makaron z warzywami 150g (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Dynia gotowana , Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Polędwica sopocka Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek homogenizowany President (ser homogenizowany) (MLE), Mus z buraka z jabłkiem , Herbata b/c 250ml R (SEL, GOR),
II Śniadanie: Mandarynka ,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1353.63 kcal; Białko ogółem: 53.27 g; Tłuszcz: 47.72 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.21 g; Węglowodany ogółem: 183.96 g; suma cukrów prostych: 52.70 g; Błonnik pokarmowy: 22.19 g; Sól: 2.92 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2025-04-04 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Pasta z zielonego groszku bez soli (SEL, GOR), Twaróg półtłusty Włoszczowa (MLE), pomidor , Mix sałat 10g , Herbata b/cukru 250ml , jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), Orzechy włoskie (OZI, ORZ, SEL, SEZ),	Zupa fasolowa R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02, ŁUB), Dorsz gotowany (MLE), SOS cytrynowy 100ml (GLU, MLE), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ogórki zielone sałatka (GLU, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Mus jabłkowy Agiberia 100g (MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g , Pasta z jaj bez soli (JAJ, MLE), Serek wiejski OSM Radomsko (MLE), Papryka świeża , Herbata b/c 250ml R (SEL, GOR),
II Śniadanie: Gruszka ,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2324.86 kcal; Białko ogółem: 96.52 g; Tłuszcz: 68.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.39 g; Węglowodany ogółem: 337.86 g; suma cukrów prostych: 95.34 g; Błonnik pokarmowy: 37.30 g; Sól: 4.39 g

piątek 2025-04-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Dżemik 25g , Twaróg półtłusty Włoszczowa (MLE), Mix sałat 10g , pomidor b/s , Herbata b/cukru 250ml , Zupa mleczna z kaszą jęczmienną (GLU, OZI, MLE, ORZ, SEL, S02, ŁUB), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Bulion drobiowo-warzywny z jajkiem (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Dorsz gotowany (MLE), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Zielona sałata z sosem winegret 70g (SEL, GOR), SOS cytrynowy 100ml (GLU, MLE), Mus jabłkowy Agiberia 100g (MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Twarożek z truskawkami (MLE), Serek wiejski OSM Radomsko (MLE), brokuły gotowane z olejem , Herbata b/c 250ml R (SEL, GOR),
II Śniadanie: Melon ,		Posiłek nocny: Banan 1 szt. ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.19 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 63.76 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.13 g; Węglowodany ogółem: 295.83 g; suma cukrów prostych: 99.80 g; Błonnik pokarmowy: 20.99 g;Sól: 4.46 g

piątek 2025-04-04 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Twaróg z jogurtem naturalnym (MLE), Dżemik 25g , Herbata b/cukru 250ml , pomidor b/s , jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Bulion drobiowo-warzywny z jajkiem (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Dorsz gotowany (MLE), Ziemniaki z ziołami , Marchewka zagęszczana R (GLU, SEL), Kompot b/cukru 250ml (SEL), SOS cytrynowy 100ml (GLU, MLE),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Twarożek z truskawkami (MLE), Serek wiejski OSM Radomsko (MLE), brokuły gotowane z olejem , Herbata b/cukru 250ml ,
II Śniadanie: Melon ,		Posiłek nocny: Banan 1 mała sztuka ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1122.48 kcal; Białko ogółem: 55.80 g; Tłuszcz: 40.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.40 g; Węglowodany ogółem: 136.91 g; suma cukrów prostych: 56.83 g; Błonnik pokarmowy: 12.47 g; Sól: 2.39 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2025-04-05 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Szyńka drobiowa gotowana Duda (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z papryką b.soli (MLE), Rukola 10g, Rzodkiew biała, Pestki Dyni (OZI, ORZ, SEL, SEZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), Herbata b/cukru 250ml,	Zupa jarzynowa R 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pieczeń z pieczarkami R (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEZ), kasza pęczak 200g (GLU, ORZ, SEL, ŁUB), Sos musztardowy bez soli (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR), Fasolka szparagowa gotowana z olejem, Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g (MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g, Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką, Serek fromage 0,5szt(7) Mlekovita (MLE), pomidor, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Jabłko 100g,		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2131.46 kcal; Białko ogółem: 92.47 g; Tłuszcz: 74.24 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.45 g; Węglowodany ogółem: 278.43 g; suma cukrów prostych: 44.48 g; Błonnik pokarmowy: 32.76 g; Sól: 5.39 g

sobota 2025-04-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Szyńka drobiowa gotowana Duda (SOJ, MLE, SEL, GOR), Jarzyny gotowane z olejem (SEL), Mix салат, Herbata b/cukru 250ml, jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE), Zupa mleczna z makaronem (GLU, JAJ, MLE), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President, maślanka, koperek świeży) (MLE),	Zupa jarzynowa R 250ml na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pieczeń z warzywami R (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SEZ), Kasza jęczmienna (GLU, OZI, ORZ, SEL, S02, ŁUB), Brokuły gotowane z dodatkiem oleju 150g, Sos koperkowy 100ml R (GLU, MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL), Mus jabłko, brzoskwinia Agiberia 100g (MLE),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g, Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką, Twaróg z jogurtem naturalnym (MLE), pomidor b/s, Herbata b/cukru 250ml,
II Śniadanie: Jabłko 100g,		Posiłek nocny: Owsianka z owocami 1szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2171.16 kcal; Białko ogółem: 97.94 g; Tłuszcz: 69.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.93 g; Węglowodany ogółem: 296.30 g; suma cukrów prostych: 60.76 g; Błonnik pokarmowy: 31.23 g; Sól: 4.63 g

sobota 2025-04-05 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Szyńka drobiowa gotowana Duda (SOJ, MLE, SEL, GOR), Pasta twarogowa z koperkiem b.soli(ser twarogowy mielony President, maślanka, koperek świeży) (MLE), Jarzyny gotowane z olejem (SEL), Mus jabłkowy, Herbata b/c 250ml R (SEL, GOR), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Zupa jarzynowa R 125ml na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Pieczeń z warzywami R (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, SEZ), Ziemniaki z ziołami, brokuły gotowane z olejem, Sos koperkowy 100ml R (GLU, MLE), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g, Pasta mięsna z kurczaka z pietruszką, Twaróg z jogurtem naturalnym (MLE), pomidor b/s plasterki, Herbata b/cukru 250ml,
		Posiłek nocny: Jaglanka z owocami 1 szt. Dawtona (GLU),

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1104.76 kcal; Białko ogółem: 48.36 g; Tłuszcz: 43.09 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 16.77 g; Węglowodany ogółem: 184.10 g; suma cukrów prostych: 36.12 g; Błonnik pokarmowy: 15.63 g; Sól: 2.18 g

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: Kuchnia ogólna		
Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2025-04-06 Jadłospis dla diety: Podstawowa Dzieci (P1)		
Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Szyunka szkolna Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek wiejski ze szczypiorkiem (MLE), Papryka świeża , Rukola 10g , Herbata b/cukru 250ml , Słonecznik, nasiona (OZI, ORZ, SEZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Rosół z lanym ciastem R na wywarze drobiowo-warzywnym (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Kotlet schabowy 90g R (GLU, JAJ, ORZ, SEL, GOR, SEZ), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Sałatka z kapusty białej z groszkiem (GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Kompot b/cukru 250ml (SEL), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g ,	Chleb (GLU, SOJ, MLE, SEZ), chleb żytni (GLU, SOJ, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szyunka beskidzka Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z pietruszką bez soli (MLE), rzodkiewka 50g , Herbata b/cukru 250ml , Pasta warzywna papryka i fasola 80g (GLU, SOJ),
II Śniadanie: Pomarańcza 100g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2210.85 kcal; Białko ogółem: 95.23 g; Tłuszcz: 78.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.40 g; Węglowodany ogółem: 285.33 g; suma cukrów prostych: 56.29 g; Błonnik pokarmowy: 33.30 g; Sól: 6.91 g;

niedziela 2025-04-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna Dzieci (P2)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Szyunka szkolna Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek wiejski z koperkiem (MLE), kalafior gotowany z olejem , Rukola 10g , Herbata b/cukru 250ml , Wafle ryżowe (SEZ), jogurt naturalny 100g Mlekovita (MLE),	Rosół z lanym ciastem R (GLU, JAJ, ORZ, SEL, SEZ), Roladka ze schabu 90g w sosie własnym (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), Ziemniaki z ziołami (GLU, SOJ, MLE, ORZ, SEL, GOR, SEZ, S02), szpinak gotowany (GLU, SEL, GOR), Mus jabłko, truskawka Agiberia 100g , Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Rama Omega-3 10g , Szyunka beskidzka Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Pasta twarogowa z pietruszką b.soli (MLE), Sałatka z kapusty pekińskiej z marchewką , Herbata b/cukru 250ml , Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 100g ,		Posiłek nocny: Sok pomidorowy 300ml Garden ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2078.05 kcal; Białko ogółem: 100.50 g; Tłuszcz: 66.91 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.88 g; Węglowodany ogółem: 252.45 g; suma cukrów prostych: 59.54 g; Błonnik pokarmowy: 29.79 g; Sól: 5.77 g

niedziela 2025-04-06 Jadłospis dla diety: Łatwostrawna częściowo rozdrobniona Dzieci (P3)		
bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Herbata b/cukru 250ml , Szyunka szkolna Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Serek wiejski z koperkiem (MLE), kalafior gotowany ,	Rosół z lanym ciastem R125ml (GLU, JAJ, SEL), Mięso drob.mielone z sosem (GLU), Ziemniaki z ziołami , szpinak gotowany (GLU, SEL, GOR), Kompot b/cukru 250ml (SEL),	bułka kanapkowa (GLU, SOJ, MLE, SEZ), Masło 1szt. Mlekovita 10g (MLE), Szyunka beskidzka Bieleśz (GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, S02), Herbata b/cukru 250ml , Pasta twarogowa z pietruszką b.soli (MLE), Mus marchewkowy , Serek naturalny HEJ OSM Radomsko 150g ,
II Śniadanie: Pomarańcza 100g ,		Posiłek nocny: Mus jabłko gruszka dynia ,

Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1081.89 kcal; Białko ogółem: 57.44 g; Tłuszcz: 42.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.57 g; Węglowodany ogółem: 120.36 g; suma cukrów prostych: 37.62 g; Błonnik pokarmowy: 12.56 g; Sól: 2.97 g