Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 400 g (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Leczo warzywne z soczewicą 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sałatka z ogórków kiszonych ,marchweki i cebuli 150 g (***GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2278.45 kcal; Białko ogółem: 85.36 g; Tłuszcz: 62.27 g; Węglowodny przyswajalne: 333.37 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.79 g; suma cukrów prostych: 51.00 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g; Sód: 2909.06 mg;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g , Pestki słonecznika 20 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 400 g (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Leczo warzywne z soczewicą 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sałatka z ogórków kiszonych ,marchweki i cebuli 150 g (***GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2451.30 kcal; Białko ogółem: 92.48 g; Tłuszcz: 71.08 g; Węglowodny przyswajalne: 348.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.51 g; suma cukrów prostych: 51.43 g; Błonnik pokarmowy: 46.59 g; Sód: 3065.66 mg;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Płatki owsiane na mleku . 200 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,masło 10g 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 30 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg 50 g (***BIA***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 100 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 200 g (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 150 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Leczo warzywne z soczewicą 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sałatka z ogórków kiszonych ,marchweki i cebuli 150 g (***GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1715.59 kcal; Białko ogółem: 70.06 g; Tłuszcz: 56.93 g; Węglowodny przyswajalne: 221.33 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.00 g; suma cukrów prostych: 38.04 g; Błonnik pokarmowy: 31.40 g; Sód: 2237.84 mg;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 30 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg 50 g (***BIA***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 400 g (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Leczo warzywne z soczewicą 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sałatka z ogórków kiszonych ,marchweki i cebuli 150 g (***GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2313.05 kcal; Białko ogółem: 90.18 g; Tłuszcz: 63.19 g; Węglowodny przyswajalne: 335.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.14 g; suma cukrów prostych: 52.95 g; Błonnik pokarmowy: 41.95 g; Sód: 2734.16 mg;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 400 g (***SEL***), Kasza bulgur 200 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Leczo warzywne z soczewicą 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Sałatka z ogórków kiszonych ,marchweki i cebuli 150 g (***GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z tofu 1szt-75g 1 szt (***SOJ, GOR, SEZ***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2338.84 kcal; Białko ogółem: 84.33 g; Tłuszcz: 69.84 g; Węglowodny przyswajalne: 332.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.50 g; suma cukrów prostych: 57.70 g; Błonnik pokarmowy: 41.56 g; Sód: 2847.62 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-10-29	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 400 g (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Gulasz z indyka 200 g (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Brokuły got. z dodatkiem oliwy 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Cukinia plastry-gotowana 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2160.21 kcal; Białko ogółem: 96.35 g; Tłuszcz: 47.96 g; Węglowodny przyswajalne: 313.14 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.15 g; suma cukrów prostych: 46.62 g; Błonnik pokarmowy: 38.71 g; Sód: 2320.27 mg;		
czwartek 2026-10-29	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Margaryna miękka 1szt 1 szt , Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami . 400 g (***GLU, SEL***), Kasza bulgur 200 g (***GLU, ORZ, GOR, SEZ, SOJ***), Gulasz z indyka 200 g (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Brokuły got. z dodatkiem oliwy 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Margaryna miękka 1szt 1 szt , Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Cukinia plastry-gotowana 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2222.61 kcal; Białko ogółem: 96.21 g; Tłuszcz: 55.06 g; Węglowodny przyswajalne: 317.80 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.41 g; suma cukrów prostych: 46.50 g; Błonnik pokarmowy: 38.71 g; Sód: 2318.47 mg;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z (parowana) koperkiem 90 g (***RYB, SEL, GOR***), Warzywa po grecku 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z siemieniem lnianym i cebulką 100 g (***BIA, MLE***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1914.13 kcal; Białko ogółem: 93.94 g; Tłuszcz: 44.59 g; Węglowodny przyswajalne: 274.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.83 g; suma cukrów prostych: 58.30 g; Błonnik pokarmowy: 28.24 g; Sód: 2086.25 mg;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g , Pestki dyni 20 g ,	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z ziołami (pieczona) 90 g (***RYB***), Warzywa po grecku 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda mineralna . 1 szt ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z siemieniem lnianym i cebulką 100 g (***BIA, MLE***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1955.18 kcal; Białko ogółem: 97.69 g; Tłuszcz: 49.06 g; Węglowodny przyswajalne: 262.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.70 g; suma cukrów prostych: 56.88 g; Błonnik pokarmowy: 32.71 g; Sód: 2303.61 mg;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Kasza manna na mleku . 200 g (***BIA, GLU, MLE***), Kakao bez cukru. 250 ml (***BIA***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Krem z dyni 200 g (***BIA, SEL, GOR***), Ćwiartki ziemniaczane pieczone 200 g , Ryba miruna z (parowana) koperkiem 90 g (***RYB, SEL, GOR***), Warzywa po grecku 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z siemieniem lnianym i cebulką 100 g (***BIA, MLE***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1674.10 kcal; Białko ogółem: 81.45 g; Tłuszcz: 45.87 g; Węglowodny przyswajalne: 226.35 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.15 g; suma cukrów prostych: 52.60 g; Błonnik pokarmowy: 26.37 g; Sód: 1602.86 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-10-30	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kakao bez cukru. 250 ml (***BIA***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Dżem 1szt 25 g , Pomidor 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Krem z dyni 400 g (***BIA, SEL, GOR***), Ćwiartki ziemniaczane pieczone 200 g , Ryba miruna z (parowana) koperkiem 90 g (***RYB, SEL, GOR***), Warzywa po grecku 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z siemieniem lnianym i cebulką 100 g (***BIA, MLE***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2052.88 kcal; Białko ogółem: 92.69 g; Tłuszcz: 52.59 g; Węglowodny przyswajalne: 293.98 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.89 g; suma cukrów prostych: 72.80 g; Błonnik pokarmowy: 31.07 g; Sód: 1891.03 mg;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Seler pieczony 150 g (***GLU, JAJ, SEL***), Ciecierzyca gotowana 100 g (***GLU***), Warzywa po grecku 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z siemieniem lnianym i cebulką 100 g (***BIA, MLE***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Skyr 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2190.60 kcal; Białko ogółem: 107.80 g; Tłuszcz: 57.61 g; Węglowodny przyswajalne: 288.71 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.50 g; suma cukrów prostych: 72.23 g; Błonnik pokarmowy: 49.35 g; Sód: 2158.34 mg;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Dżem 60 g , Pomidor bez skórki 50 g , **II Śniadanie:** Banan 150 g ,	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z ziołami (pieczona) 90 g (***RYB***), Szpinak gotowany 150 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***BIA, MLE***), Marchewki mini gotowane 50 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2020.55 kcal; Białko ogółem: 94.53 g; Tłuszcz: 38.45 g; Węglowodny przyswajalne: 306.96 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.58 g; suma cukrów prostych: 94.75 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sód: 1797.36 mg;		
piątek 2026-10-30	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Dżem 60 g , Pomidor bez skórki 50 g , **II Śniadanie:** Banan 150 g ,	Zupa dyniowa z kaszą kuskus 400 g (***GLU, SEL***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z ziołami (pieczona) 180 g (***RYB***), Szpinak gotowany 150 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z twarogu z koperkiem 100 g (***BIA, MLE***), Marchewki mini gotowane 50 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2133.15 kcal; Białko ogółem: 116.79 g; Tłuszcz: 37.25 g; Węglowodny przyswajalne: 309.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.62 g; suma cukrów prostych: 94.63 g; Błonnik pokarmowy: 25.17 g; Sód: 1796.37 mg;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Płatki jęczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszonej . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kaszotto z mięsem i warzywami 250g sos pomidorowy 100g 350 g (***GLU, SEL***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z ciecierzycą i warzywami 1szt 1 szt (***GLU, RYB, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2074.66 kcal; Białko ogółem: 76.98 g; Tłuszcz: 53.82 g; Węglowodny przyswajalne: 290.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.13 g; suma cukrów prostych: 56.43 g; Błonnik pokarmowy: 34.75 g; Sód: 2868.78 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g , Pestki słonecznika 20 g ,	Zupa ziemniaczana . 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kaszotto z mięsem i warzywami 250g sos pomidorowy 100g 350 g (***GLU, SEL***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z ciecierzycą i warzywami 1szt 1 szt (***GLU, RYB, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2266.64 kcal; Białko ogółem: 83.95 g; Tłuszcz: 62.48 g; Węglowodny przyswajalne: 313.19 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.67 g; suma cukrów prostych: 56.82 g; Błonnik pokarmowy: 38.71 g; Sód: 2831.30 mg;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Płatki jeczmienne na mleku. 200 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,masło 10g 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 20 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg 50 g (***BIA***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Kapuśniak z białej kapusty . 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kaszotto z mięsem i warzywami 250g sos pomidorowy 100g 350 g (***GLU, SEL***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 100 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z tofu 1szt-75g 1 szt (***SOJ, GOR, SEZ***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1521.17 kcal; Białko ogółem: 63.52 g; Tłuszcz: 41.48 g; Węglowodny przyswajalne: 203.62 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.72 g; suma cukrów prostych: 48.18 g; Błonnik pokarmowy: 24.57 g; Sód: 1815.58 mg;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 40 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Twaróg 50 g (***BIA***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszonej . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Kaszotto z mięsem i warzywami 250g sos pomidorowy 100g 350 g (***GLU, SEL***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z ciecierzycą i warzywami 1szt 1 szt (***GLU, RYB, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2312.14 kcal; Białko ogółem: 87.99 g; Tłuszcz: 55.52 g; Węglowodny przyswajalne: 334.49 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.50 g; suma cukrów prostych: 60.56 g; Błonnik pokarmowy: 38.38 g; Sód: 2806.82 mg;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasztet sojowy 50 g (***SEL, SEZ***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Kapuśniak z kapusty kiszonej . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kaszotto wegeteriańskie+sos 350 g (***GLU, OZI, SOJ, SEL, GOR, SEZ, STR, ZIA, ŁUB***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z ciecierzycą i warzywami 1szt 1 szt (***GLU, RYB, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2109.29 kcal; Białko ogółem: 60.37 g; Tłuszcz: 59.92 g; Węglowodny przyswajalne: 300.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.88 g; suma cukrów prostych: 58.09 g; Błonnik pokarmowy: 37.67 g; Sód: 2941.45 mg;		
sobota 2026-10-31	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Zupa ziemniaczana . 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kaszotto z mięsem i warzywami 250g sos pomidorowy 100g 350 g (***GLU, SEL***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna 1szt-75g 1 szt , Marchewki mini gotowane 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1981.09 kcal; Białko ogółem: 77.90 g; Tłuszcz: 43.04 g; Węglowodny przyswajalne: 292.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.71 g; suma cukrów prostych: 59.71 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sód: 2635.65 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-10-31	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Mix sałat 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Zupa ziemniaczana . 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kaszotto z mięsem i warzywami 250g sos pomidorowy 100g 350 g (***GLU, SEL***), Surówka z selera i jabłka z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna 1szt-75g 1 szt , Marchewki mini gotowane 50 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1937.49 kcal; Białko ogółem: 77.76 g; Tłuszcz: 38.34 g; Węglowodny przyswajalne: 294.68 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 10.37 g; suma cukrów prostych: 59.59 g; Błonnik pokarmowy: 37.38 g; Sód: 2633.85 mg;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka z liściem 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, DWU***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Rosół z makaronem . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Filet drobiowy pieczony 90g z sosem ziołowym 100ml 1 Por (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Kapusta biała gotowana . 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta rybna 80 g (***RYB, SEL***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2094.84 kcal; Białko ogółem: 115.78 g; Tłuszcz: 57.30 g; Węglowodny przyswajalne: 281.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.56 g; suma cukrów prostych: 59.61 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g; Sód: 1819.91 mg;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Jogurt owocowy bez cukru 1 szt (***MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Szynka z liściem 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, DWU***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g , Orzechy włoskie 20 g (***ORZ***),	Rosół z makaronem razowym 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Filet drobiowy pieczony 90g z sosem ziołowym 100ml 1 Por (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Kapusta biała gotowana . 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Pasta rybna 80 g (***RYB, SEL***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2107.73 kcal; Białko ogółem: 113.76 g; Tłuszcz: 65.27 g; Węglowodny przyswajalne: 265.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.38 g; suma cukrów prostych: 51.99 g; Błonnik pokarmowy: 34.79 g; Sód: 1935.59 mg;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Kasza manna na mleku . 200 g (***BIA, GLU, MLE***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,masło 10g 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Szynka z liściem 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, DWU***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Rosół z makaronem . 200 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 150 g , Filet drobiowy pieczony 90g z sosem ziołowym 100ml 1 Por (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Kapusta biała gotowana . 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta rybna 80 g (***RYB, SEL***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1561.13 kcal; Białko ogółem: 93.34 g; Tłuszcz: 49.55 g; Węglowodny przyswajalne: 185.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.52 g; suma cukrów prostych: 40.89 g; Błonnik pokarmowy: 19.13 g; Sód: 1212.53 mg;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka z liściem 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, DWU***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Rosół z makaronem . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Filet drobiowy pieczony 90g z sosem ziołowym 100ml 1 Por (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Kapusta biała gotowana . 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta rybna 80 g (***RYB, SEL***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2036.98 kcal; Białko ogółem: 110.84 g; Tłuszcz: 56.02 g; Węglowodny przyswajalne: 271.56 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.03 g; suma cukrów prostych: 49.78 g; Błonnik pokarmowy: 24.52 g; Sód: 1704.61 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
niedziela 2026-11-01	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Rosół z makaronem . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Kotlet z fasoli 90 g (***JAJ, STR***), Kapusta biała gotowana . 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Parówka sojowa 50 g (***SOJ, DWU, GOR, SEZ***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2288.39 kcal; Białko ogółem: 91.79 g; Tłuszcz: 66.77 g; Węglowodny przyswajalne: 318.87 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 27.74 g; suma cukrów prostych: 60.50 g; Błonnik pokarmowy: 38.20 g; Sód: 1941.10 mg;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka z liściem 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, DWU***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Rosół z makaronem . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Filet drobiowy pieczony 90g z sosem ziołowym 100ml 1 Por (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Buraczki 150 g (***SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta rybna 80 g (***RYB, SEL***), Pomidor bez skórki 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2119.16 kcal; Białko ogółem: 115.45 g; Tłuszcz: 60.91 g; Węglowodny przyswajalne: 280.79 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.58 g; suma cukrów prostych: 63.49 g; Błonnik pokarmowy: 23.39 g; Sód: 1832.99 mg;		
niedziela 2026-11-01	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Kasza manna na mleku . 400 g (***BIA, GLU, MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka z liściem 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR, DWU***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Rosół z makaronem . 400 ml (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Filet drobiowy pieczony 90g z sosem ziołowym 100ml 1 Por (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Buraczki 150 g (***SEL, GOR***), Kompot wieloowocowy z owoców mrożonych 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta rybna 80 g (***RYB, SEL***), Pomidor bez skórki 100 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***), Wafle ryżowe 20 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2151.36 kcal; Białko ogółem: 116.99 g; Tłuszcz: 56.83 g; Węglowodny przyswajalne: 298.53 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.36 g; suma cukrów prostych: 63.65 g; Błonnik pokarmowy: 24.15 g; Sód: 1831.99 mg;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400 g (***GLU, SEL, GOR***), Łazanki z makaronem razowym,mięsem i pieczarkami 300 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane skropione oliwą 150 g , Woda 500 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1933.87 kcal; Białko ogółem: 95.65 g; Tłuszcz: 41.59 g; Węglowodny przyswajalne: 276.50 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.13 g; suma cukrów prostych: 58.48 g; Błonnik pokarmowy: 29.50 g; Sód: 1656.75 mg;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Skyr 150 g (***MLE***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g , Pestki dyni 30 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400 g (***GLU, SEL, GOR***), Łazanki z makaronem razowym,mięsem i pieczarkami 300 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Surówka z białej rzodkwi i marchwi 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2028.49 kcal; Białko ogółem: 111.67 g; Tłuszcz: 58.22 g; Węglowodny przyswajalne: 255.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.08 g; suma cukrów prostych: 44.54 g; Błonnik pokarmowy: 36.56 g; Sód: 1723.75 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Kasza kukurydzina na mleku . 200 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 50 g (***BIA, MLE***), Polędwica gazdy 30 g (***SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 200 g (***GLU, SEL, GOR***), Łazanki z makaronem razowym,mięsem i pieczarkami 200 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane skropione oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1470.51 kcal; Białko ogółem: 70.07 g; Tłuszcz: 36.85 g; Węglowodny przyswajalne: 198.70 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 17.40 g; suma cukrów prostych: 47.82 g; Błonnik pokarmowy: 21.56 g; Sód: 1609.94 mg;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 50 g (***BIA, MLE***), Polędwica gazdy 30 g (***SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400 g (***GLU, SEL, GOR***), Łazanki z makaronem razowym,mięsem i pieczarkami 300 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane skropione oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1926.27 kcal; Białko ogółem: 91.00 g; Tłuszcz: 43.33 g; Węglowodny przyswajalne: 275.20 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.70 g; suma cukrów prostych: 58.90 g; Błonnik pokarmowy: 29.50 g; Sód: 1985.75 mg;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Humus 90g 1 szt (***GLU, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400 g (***GLU, SEL, GOR***), Łazanki z pieczarkami i soczewicą 300 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane skropione oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Ser żółty 50 g (***BIA***), Papryka mix 50 g (***GOR***), **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2227.87 kcal; Białko ogółem: 83.67 g; Tłuszcz: 63.55 g; Węglowodny przyswajalne: 308.29 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.40 g; suma cukrów prostych: 62.16 g; Błonnik pokarmowy: 28.39 g; Sód: 2268.50 mg;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Pomidor bez skórki 100 g , **II Śniadanie:** Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400 g (***GLU, SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (***GLU, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane skropione oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2073.34 kcal; Białko ogółem: 98.41 g; Tłuszcz: 48.94 g; Węglowodny przyswajalne: 293.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.46 g; suma cukrów prostych: 56.61 g; Błonnik pokarmowy: 23.85 g; Sód: 1417.82 mg;		
poniedziałek 2026-11-02	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Pomidor bez skórki 100 g , **II Śniadanie:** Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa z cukinią i ziemniakami 400 g (***GLU, SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Marchewki mini gotowane skropione oliwą 150 g , Potrawka drobiowa z warzywami 200 g (***GLU, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Mix sałat 20 g , Margaryna miękka 1szt 1 szt , **Posiłek nocny:** Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***), Wafle ryżowe 20 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2158.54 kcal; Białko ogółem: 99.95 g; Tłuszcz: 50.76 g; Węglowodny przyswajalne: 312.28 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.54 g; suma cukrów prostych: 56.77 g; Błonnik pokarmowy: 24.61 g; Sód: 1416.82 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Kasza jęczmienna na mleku 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica sopocka 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, DWU***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 400 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR, STR***), Ryż paraboliczny 200 g , Ser biały kruszony 100 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta jajeczna (wyrób własny) 70 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Sałata lodowa 30 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2041.83 kcal; Białko ogółem: 92.05 g; Tłuszcz: 46.20 g; Węglowodny przyswajalne: 306.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.06 g; suma cukrów prostych: 66.98 g; Błonnik pokarmowy: 26.53 g; Sód: 2477.95 mg;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Kasza jęczmienna na mleku 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica sopocka 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, DWU***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g , Pestki słonecznika 20 g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 400 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR, STR***), Ryż brązowy 200 g , Ser biały kruszony 100 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Pasta jajeczna (wyrób własny) 70 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2215.43 kcal; Białko ogółem: 98.74 g; Tłuszcz: 56.28 g; Węglowodny przyswajalne: 316.44 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.13 g; suma cukrów prostych: 70.29 g; Błonnik pokarmowy: 38.40 g; Sód: 2649.75 mg;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Kasza jęczmienna na mleku 200 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,,masło 10g 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica sopocka 20 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, DWU***), Humus 90g 1 szt (***GLU, SEL, GOR***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 200 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR, STR***), Ryż paraboliczny 150 g , Ser biały kruszony 80 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta jajeczna (wyrób własny) 70 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ***), Sałata lodowa 30 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1773.23 kcal; Białko ogółem: 72.53 g; Tłuszcz: 55.49 g; Węglowodny przyswajalne: 237.27 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.86 g; suma cukrów prostych: 58.02 g; Błonnik pokarmowy: 20.68 g; Sód: 2262.65 mg;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Kasza jęczmienna na mleku 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica sopocka 30 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, DWU***), Humus 90g 1 szt (***GLU, SEL, GOR***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 400 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR, STR***), Ryż paraboliczny 200 g , Ser biały kruszony 100 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2110.42 kcal; Białko ogółem: 89.60 g; Tłuszcz: 53.93 g; Węglowodny przyswajalne: 306.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.66 g; suma cukrów prostych: 69.71 g; Błonnik pokarmowy: 26.07 g; Sód: 2950.65 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
wtorek 2026-11-03	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Kasza jęczmienna na mleku 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta warzywna z tofu 1szt-75g 1 szt (***SOJ, GOR, SEZ***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g , Pestki słonecznika 20 g ,	Barszcz ukraiński z fasolą 400 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR, STR***), Ryż paraboliczny 200 g , Ser biały kruszony 100 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasztet sojowy 50 g (***SEL, SEZ***), Sałata lodowa 30 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2176.12 kcal; Białko ogółem: 83.44 g; Tłuszcz: 61.15 g; Węglowodny przyswajalne: 313.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.93 g; suma cukrów prostych: 71.49 g; Błonnik pokarmowy: 28.42 g; Sód: 2539.05 mg;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Kasza jęczmienna na mleku 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica sopocka 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, DWU***), Pomidor bez skórki 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ryż paraboliczny 200 g , Ser biały kruszony 100 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1912.97 kcal; Białko ogółem: 86.70 g; Tłuszcz: 39.10 g; Węglowodny przyswajalne: 297.75 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.51 g; suma cukrów prostych: 66.45 g; Błonnik pokarmowy: 23.70 g; Sód: 2726.40 mg;		
wtorek 2026-11-03	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Zupa z kaszą manną 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica sopocka 50 g (***GLU, JAJ, SOJ, SEL, GOR, DWU***), Pomidor bez skórki 100 g , **II Śniadanie:** Pomarańcza 150 g ,	Barszcz czerwony z ziemniakami 400 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ryż paraboliczny 200 g , Ser biały kruszony 100 g (***BIA, MLE***), Jabłko prażone z cynamonem bez cukru 100 g (***SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica wiśniowa 50 g (***JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **Posiłek nocny:** Sok pomidorowy 1szt (kubek) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1793.28 kcal; Białko ogółem: 81.13 g; Tłuszcz: 32.02 g; Węglowodny przyswajalne: 290.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 7.84 g; suma cukrów prostych: 53.35 g; Błonnik pokarmowy: 25.76 g; Sód: 2631.00 mg;		
środa 2026-11-04	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica gazdy 50 g (***SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Krupnik 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet wp. z szynki gotowany 90g w sosie pomidorowym 100ml 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor 50 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.47 kcal; Białko ogółem: 87.78 g; Tłuszcz: 46.02 g; Węglowodny przyswajalne: 301.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.33 g; suma cukrów prostych: 66.11 g; Błonnik pokarmowy: 29.71 g; Sód: 2498.35 mg;		
środa 2026-11-04	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Polędwica gazdy 50 g (***SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g , Orzechy włoskie 20 g (***ORZ***),	Krupnik 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet wp. z szynki gotowany 90g w sosie pomidorowym 100ml 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor 50 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt , Pestki słonecznika 20 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2311.52 kcal; Białko ogółem: 98.10 g; Tłuszcz: 66.89 g; Węglowodny przyswajalne: 319.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.36 g; suma cukrów prostych: 66.98 g; Błonnik pokarmowy: 35.64 g; Sód: 2655.75 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
środa 2026-11-04	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Płatki owsiane na mleku . 200 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Bułka grahamka, masło 10g 50 g (***GLU***), Polędwica gazdy 30 g (***SOJ***), Twaróg chudy 30 g (***BIA, MLE***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Krupnik 200 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 150 g , Pulpet wp. z szynki gotowany 90g w sosie pomidorowym 100ml 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor 50 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1497.53 kcal; Białko ogółem: 74.58 g; Tłuszcz: 39.36 g; Węglowodny przyswajalne: 202.45 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 19.05 g; suma cukrów prostych: 57.44 g; Błonnik pokarmowy: 22.92 g; Sód: 1659.28 mg;		
środa 2026-11-04	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Bułka grahamka 1szt ,chleb pszenno-żytni 50g,masło 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica gazdy 50 g (***SOJ***), Twaróg chudy 50 g (***BIA, MLE***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Krupnik 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet wp. z szynki gotowany 90g w sosie pomidorowym 100ml 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Surówka z kapusty białej i czerwonej 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor 50 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.82 kcal; Białko ogółem: 97.28 g; Tłuszcz: 45.55 g; Węglowodny przyswajalne: 298.23 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.48 g; suma cukrów prostych: 67.26 g; Błonnik pokarmowy: 30.21 g; Sód: 2457.85 mg;		
środa 2026-11-04	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Humus 90g 1 szt (***GLU, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Gruszka 150 g ,	Krupnik 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Cukinia pieczona 150 g , Soczewica na gęsto 100 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor 50 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.13 kcal; Białko ogółem: 82.22 g; Tłuszcz: 57.19 g; Węglowodny przyswajalne: 313.88 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.46 g; suma cukrów prostych: 63.15 g; Błonnik pokarmowy: 32.22 g; Sód: 2063.76 mg;		
środa 2026-11-04	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica gazdy 50 g (***SOJ***), Szpinak Baby 20 g , **II Śniadanie:** Banan 150 g ,	Krupnik 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Pulpet wp. z szynki gotowany 90g w sosie pomidorowym 100ml 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Bukiet warzyw z oliwą 150 g (***SEL***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor bez skórki 100 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2048.49 kcal; Białko ogółem: 88.38 g; Tłuszcz: 43.86 g; Węglowodny przyswajalne: 315.00 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.58 g; suma cukrów prostych: 80.49 g; Błonnik pokarmowy: 25.02 g; Sód: 2469.55 mg;		
środa 2026-11-04	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Płatki owsiane na mleku . 400 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Polędwica gazdy 50 g (***SOJ***), Szpinak Baby 20 g , **II Śniadanie:** Banan 150 g ,	Krupnik 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Bukiet warzyw z oliwą 150 g (***SEL***), Pulpet wp. z szynki gotowany 90g w sosie pomidorowym 100ml 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Serek wiejski lekki 1 szt (***MLE***), Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Mus owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2005.84 kcal; Białko ogółem: 88.29 g; Tłuszcz: 39.17 g; Węglowodny przyswajalne: 317.41 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 13.24 g; suma cukrów prostych: 80.51 g; Błonnik pokarmowy: 25.08 g; Sód: 2468.15 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Ser żółty 40 g (***BIA***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa z czerwoną soczewicą 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Udziec z kurczka gotowany 100g, sos 100ml 1 szt (***GLU***), Marchewka z groszkiem na gęsto 150 g (***GLU***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka zapiekana 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2189.62 kcal; Białko ogółem: 102.09 g; Tłuszcz: 59.57 g; Węglowodny przyswajalne: 302.34 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.47 g; suma cukrów prostych: 48.57 g; Błonnik pokarmowy: 29.53 g; Sód: 2340.55 mg;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Maślanka 1szt(250ml) 250 ml (***MLE***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Ser żółty 40 g (***BIA***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g , Pestki słonecznika 20 g ,	Zupa z czerwoną soczewicą 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Udziec z kurczka gotowany 100g, sos 100ml 1 szt (***GLU***), Brokuły got. z dodatkiem oliwy 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Szynka zapiekana 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2235.41 kcal; Białko ogółem: 104.81 g; Tłuszcz: 68.27 g; Węglowodny przyswajalne: 278.36 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.69 g; suma cukrów prostych: 43.56 g; Błonnik pokarmowy: 30.61 g; Sód: 2417.65 mg;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Kasza kukurydzina na mleku . 200 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kiełbasa szynkowa wp.o.Grzegorza 20 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR***), Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Arbuz . 200 g ,	Krem z białych warzyw 200 g (***BIA, SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Udziec z kurczka gotowany 100g, sos 100ml 1 szt (***GLU***), Marchewka z groszkiem na gęsto 150 g (***GLU***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka zapiekana 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1796.31 kcal; Białko ogółem: 89.99 g; Tłuszcz: 52.91 g; Węglowodny przyswajalne: 234.08 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 25.80 g; suma cukrów prostych: 46.68 g; Błonnik pokarmowy: 20.81 g; Sód: 2051.80 mg;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kiełbasa szynkowa wp.o.Grzegorza 40 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR***), Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Arbuz . 200 g ,	Krem z białych warzyw 400 g (***BIA, SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Udziec z kurczka gotowany 100g, sos 100ml 1 szt (***GLU***), Marchewka z groszkiem na gęsto 150 g (***GLU***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka zapiekana 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2118.11 kcal; Białko ogółem: 104.42 g; Tłuszcz: 57.23 g; Węglowodny przyswajalne: 289.66 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 28.03 g; suma cukrów prostych: 55.67 g; Błonnik pokarmowy: 24.33 g; Sód: 2551.05 mg;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Ser żółty 40 g (***BIA***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa selerowa z ziemniakami . 400 g (***SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Potrawka chińska wege 200 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Brokuły got. z dodatkiem oliwy 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***), Ogórek zielony 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1972.11 kcal; Białko ogółem: 71.77 g; Tłuszcz: 49.50 g; Węglowodny przyswajalne: 286.82 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.02 g; suma cukrów prostych: 53.00 g; Błonnik pokarmowy: 25.59 g; Sód: 1610.48 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
czwartek 2026-11-05	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kiełbasa szynkowa wp.o.Grzegorza 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko pieczone 150 g ,	Zupa selerowa z ziemniakami . 400 g (***SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Udziec z kurczka gotowany 100g, sos 100ml 1 szt (***GLU***), Brokuły got. z dodatkiem oliwy 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka zapiekana 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2058.44 kcal; Białko ogółem: 95.97 g; Tłuszcz: 54.14 g; Węglowodny przyswajalne: 274.58 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.94 g; suma cukrów prostych: 48.33 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Sód: 2545.99 mg;		
czwartek 2026-11-05	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Kasza kukurydzina na mleku . 400 g , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kiełbasa szynkowa wp.o.Grzegorza 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR***), Sałata lodowa 30 g , **II Śniadanie:** Jabłko 150 g ,	Zupa selerowa z ziemniakami . 400 g (***SEL, GOR***), Kasza jeczm. perłowa 200 g (***GLU***), Udziec z kurczka gotowany 100g, sos 100ml 1 szt (***GLU***), Brokuły got. z dodatkiem oliwy 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka zapiekana 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Marchewki mini gotowane 50 g , **Posiłek nocny:** Kefir 150 g (***BIA, MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2014.84 kcal; Białko ogółem: 95.83 g; Tłuszcz: 49.44 g; Węglowodny przyswajalne: 276.84 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 14.60 g; suma cukrów prostych: 48.21 g; Błonnik pokarmowy: 24.59 g; Sód: 2544.19 mg;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z (parowana) koperkiem 90 g (***RYB, SEL, GOR***), Kapusta czerwona gotowana 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2012.20 kcal; Białko ogółem: 101.87 g; Tłuszcz: 48.96 g; Węglowodny przyswajalne: 287.48 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 20.34 g; suma cukrów prostych: 62.66 g; Błonnik pokarmowy: 26.55 g; Sód: 1792.77 mg;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g , Pestki dyni 20 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem razowym 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z ziołami (pieczona) 90 g (***RYB***), Kapusta czerwona gotowana 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda mineralna . 1 szt ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1 szt , Orzechy włoskie 20 g (***ORZ***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2163.10 kcal; Białko ogółem: 111.78 g; Tłuszcz: 68.66 g; Węglowodny przyswajalne: 261.12 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.56 g; suma cukrów prostych: 53.38 g; Błonnik pokarmowy: 30.78 g; Sód: 1592.40 mg;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Płatki jeczmienne na mleku. 200 g (***GLU***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Ser żółty 20 g (***BIA***), Dżem 1szt 25 g , Pomidor 50 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ćwiartki ziemniaczane pieczone 150 g , Ryba miruna z (parowana) koperkiem 90 g (***RYB, SEL, GOR***), Kapusta czerwona gotowana 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 60g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 60 g (***BIA, MLE***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1szt (100g) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1665.06 kcal; Białko ogółem: 76.30 g; Tłuszcz: 44.05 g; Węglowodny przyswajalne: 237.67 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.45 g; suma cukrów prostych: 53.51 g; Błonnik pokarmowy: 22.54 g; Sód: 1325.98 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
piątek 2026-11-06	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Ser żółty 30 g (***BIA***), Dżem 1szt 25 g , Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ćwiartki ziemniaczane pieczone 200 g , Ryba miruna z (parowana) koperkiem 90 g (***RYB, SEL, GOR***), Kapusta czerwona gotowana 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1szt (100g) 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2156.26 kcal; Białko ogółem: 104.35 g; Tłuszcz: 54.85 g; Węglowodny przyswajalne: 308.22 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 24.44 g; suma cukrów prostych: 73.18 g; Błonnik pokarmowy: 27.42 g; Sód: 1906.33 mg;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor 100 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Tofu pieczone z czosnkiem i masłem 120 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Kapusta czerwona gotowana 150 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Humus 90g 1 szt (***GLU, SEL, GOR***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2137.66 kcal; Białko ogółem: 80.78 g; Tłuszcz: 68.92 g; Węglowodny przyswajalne: 292.26 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.33 g; suma cukrów prostych: 66.13 g; Błonnik pokarmowy: 26.52 g; Sód: 2324.34 mg;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Dżem 50 g , Pomidor bez skórki 100 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z ziołami (pieczona) 90 g (***RYB***), Dynia gotowana z ziołami i oliwą 150 g (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), Mix sałat 20 g , **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1 szt ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2051.34 kcal; Białko ogółem: 94.13 g; Tłuszcz: 39.56 g; Węglowodny przyswajalne: 299.93 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 18.17 g; suma cukrów prostych: 79.34 g; Błonnik pokarmowy: 26.22 g; Sód: 1669.00 mg;		
piątek 2026-11-06	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Płatki jeczmienne na mleku. 400 g (***GLU***), Kawa zbożowa z mlekiem bez cukru. 250 g (***BIA, JAJ, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Jajo gotowane 1szt 50 g (***JAJ***), Pomidor bez skórki 100 g , **II Śniadanie:** Melon 150 g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Ryba miruna z ziołami (pieczona) 90 g (***RYB***), Dynia gotowana z ziołami i oliwą 150 g (***BIA, GLU, SOJ, SEL, GOR***), Napar owocowy bez cukru. 250 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Twaróg chudy 100 g (***BIA, MLE***), **Posiłek nocny:** Mus warzywno-owocowy 1 szt , Wafle ryżowe 50 g ,
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2188.54 kcal; Białko ogółem: 103.91 g; Tłuszcz: 41.17 g; Węglowodny przyswajalne: 323.39 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 11.62 g; suma cukrów prostych: 62.22 g; Błonnik pokarmowy: 27.84 g; Sód: 1738.90 mg;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: WSN PODSTAWOWA D01**	
Ryż na mleku . 400 ml , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Żurek na maślance 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Makaron pszenny z oliwą 200 g (***GLU***), Sos mięsno-pomidorowy 200 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z grochu 80 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, STR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2146.98 kcal; Białko ogółem: 96.31 g; Tłuszcz: 46.42 g; Węglowodny przyswajalne: 309.05 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.76 g; suma cukrów prostych: 55.63 g; Błonnik pokarmowy: 28.68 g; Sód: 1912.34 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: WSN DIETA Z OGR. ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOW. D03**	
Jogurt naturalny . 150 g (***BIA, MLE***), Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g , Pestki słonecznika 20 g ,	Żurek na maślance 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Makaron razowy z oliwą 200 g , Sos mięsno-pomidorowy 200 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 110g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Pasta z grochu 80 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, STR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2212.48 kcal; Białko ogółem: 103.83 g; Tłuszcz: 53.53 g; Węglowodny przyswajalne: 302.42 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.39 g; suma cukrów prostych: 48.82 g; Błonnik pokarmowy: 41.05 g; Sód: 1990.44 mg;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 4-9 LAT 1500-1700KACL - 2**	
Ryż na mleku . 200 ml , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,masło 10g 1 Por (***GLU, SOJ, SEZ***), Ser żółty 20 g (***BIA***), Szynka konserwowa premium 30 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Żurek na maślance 200 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Spaghetii bolognese (makaron spaghetii+sos) 200/200 150 g (***SEL, GOR***), Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 60g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z grochu 60 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, STR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1518.41 kcal; Białko ogółem: 69.74 g; Tłuszcz: 43.65 g; Węglowodny przyswajalne: 195.65 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 23.34 g; suma cukrów prostych: 44.89 g; Błonnik pokarmowy: 22.03 g; Sód: 1367.48 mg;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: PODSTAWOWA DZIECI I MŁODZIEŻ 10-18 LAT 2000-2400KACL- 3**	
Ryż na mleku . 400 ml , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Ser żółty 40 g (***BIA***), Szynka konserwowa premium 40 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Żurek na maślance 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Spaghetii bolognese (makaron spaghetii+sos) 200/200 200 g (***SEL, GOR***), Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z grochu 80 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, STR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2149.07 kcal; Białko ogółem: 100.24 g; Tłuszcz: 56.59 g; Węglowodny przyswajalne: 292.77 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 29.51 g; suma cukrów prostych: 56.90 g; Błonnik pokarmowy: 28.19 g; Sód: 2107.34 mg;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: WEGETARIAŃSKA WE**	
Ryż na mleku . 400 ml , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Pasztet sojowy 50 g (***SEL, SEZ***), Ogórek zielony 50 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Żurek na maślance bez kiełbasy 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Makaron razowy z oliwą 150 g , Sos pieczarkowy z soczewicą 200 ml (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Chleb pszenno-żytni 100g masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, SEZ***), Pasta z grochu 80 g (***GLU, JAJ, OZI, SOJ, MLE, SEL, GOR, SEZ, STR***), Rzodkiew biała 50 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2224.38 kcal; Białko ogółem: 84.37 g; Tłuszcz: 58.07 g; Węglowodny przyswajalne: 314.81 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 21.38 g; suma cukrów prostych: 55.26 g; Błonnik pokarmowy: 40.00 g; Sód: 2088.94 mg;		
sobota 2026-11-07	**Dieta: WSN ŁATWOSTRAWNA D02**	
Ryż na mleku . 400 ml , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65g,bułka długa 40g,masło 10g 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Szpinak Baby 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Żurek na maślance 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Makaron pszenny z oliwą 200 g (***GLU***), Sos mięsno-pomidorowy 200 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka długa 100g, masło ekstra 10g. 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Pomidor bez skórki 100 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 2034.21 kcal; Białko ogółem: 96.60 g; Tłuszcz: 44.54 g; Węglowodny przyswajalne: 288.25 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 22.85 g; suma cukrów prostych: 57.43 g; Błonnik pokarmowy: 23.61 g; Sód: 1974.97 mg;		

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.

Jadłospisy dla oddziałów

Oddział: WSN Lubliniec

Śniadanie II Śniadanie	Obiad Podwieczorek	Kolacja Posiłek nocny
sobota 2026-11-07	**Dieta: WSN-ŁATWOSTR. Z OGRANICZENIEM TŁ. D05**	
Ryż na mleku . 400 ml , Herbata bez cukru. 250 g , Chleb graham 65, bułka długa 40g, margaryna miękka 1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Szynka konserwowa premium 50 g (***GLU, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ***), Margaryna miękka 1szt 1 szt , Szpinak Baby 20 g , **II Śniadanie:** Mandarynki 150 g ,	Żurek na maślance 400 g (***GLU, BIA, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Ziemniaki gotowane 200 g , Filet drobiowy gotowany 100 g , Tarta marchewka z oliwą 150 g , Napar owocowy bez cukru. 250 g , Woda 500 g ,	Herbata bez cukru. 250 g , Bułka 100g,margaryna miękka1szt 1 Por (***GLU, OZI, SOJ, SEZ***), Kurczak gotowany (Cdrob) 50 g (***GLU, SOJ, MLE, SEL, GOR***), Margaryna miękka 1szt 1 szt , Pomidor 100 g , **Posiłek nocny:** Serek homogenizowany nat. 1szt 150 g (***MLE***),
Wartości odżywcze: Wartość energetyczna[kcal]: 1941.52 kcal; Białko ogółem: 106.73 g; Tłuszcz: 48.04 g; Węglowodny przyswajalne: 261.99 g; Kwasy tłuszczowe nasycone ogółem: 15.77 g; suma cukrów prostych: 57.58 g; Błonnik pokarmowy: 25.03 g; Sód: 2004.71 mg;		

Dietetyk

.....

Wykonawca nie ponosi odpowiedzialności za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego.
Odpowiedzialność za zmiany w dietach dokonane na wniosek lub polecenie Zamawiającego ponosi wyłącznie Zamawiający.