

Jadłospis za okres od dnia 25.12.2024 do dnia 03.01.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

25.12.2024 środa				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) kiełbasa biała 100g (6) chrzan 30g babka piaskowa 100g (1-P76, 3,7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g babka piaskowa 100g (1-P76, 3,7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g babka piaskowa 100g (1-P76, 3,7) pomidor bez skorki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) kiełbasa biała 100g (6) chrzan 30g babka piaskowa 100g (1-P76, 3,7) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76, 7,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1-P76, 3) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76, 7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76, 7) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76, 7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76, 7) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76, 7,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1-P76,3) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1-P76, 6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) boczek 50g (6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) boczek 50g (6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2477,79kcal/ B:83,10g/ T:94,79g / Kw.tł.nas:7,45g/ W:325,18g/W tym cukier:66,28g/ sól:3,48g / Bł:32,81g /	E:2326,90kcal/ B:96,29g/ T:72,02g / Kw.tł.nas:12,13g/ W:327,16g/W tym cukier:66,72g/ sól:5,75g / Bł:33,80g /	E:2147,67kcal/ B:91,49g/ T:72,50g / Kw.tł.nas:12,13g/ W:279,96g/W tym cukier:44,64g/ sól:4,63g / Bł:40,84g /	E:2690,19kcal/ B:85,78g/ T:106,39g / Kw.tł.nas:12,65g/ W:349,18g/W tym cukier:79,88g/ sól:3,54g / Bł:34,81g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

26.12.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g (1-P76, 3,7) twarożek kanapkowy 50g (7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g (1-P76, 3,7) twarożek kanapkowy 50g (7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g (1-P76, 3,7) twarożek kanapkowy 50g (7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g (1-P76, 3,7) twarożek kanapkowy 50g (7) herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2238,88kcal/ B:100,14g/ T:85,11g / Kw.tł.nas:22,32g/ W:335,22g/W tym cukier:71,94g/ sól:3,09g / Bł:26,66g /	E:2264,48kcal/ B:100,78g/ T:84,63g / Kw.tł.nas:22,16g/ W:344,82g/W tym cukier:74,34g/ sól:2,77g / Bł:28,26g /	E:2085,24kcal/ B:95,98g/ T:85,11g / Kw.tł.nas:22,16g/ W:297,62g/W tym cukier:52,26g/ sól:1,65g / Bł:35,30g /	E:2366,88kcal/ B:107,34g/ T:89,41g / Kw.tł.nas:25,12g/ W:350,22g/W tym cukier:84,94g sól:3,16g / Bł:26,66g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

27.12.2024 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) konserwa rybna 60g (2,4) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko na mleku 50g (3) konserwa rybna 60g (2,4) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) konserwa rybna 60g (2,4) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) konserwa rybna 60g (2,4) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,1-P90,3,7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,1-P90,3,7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,1-P90,3,7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1-P76,9) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2030,63kcal/ B:86,04g/ T:52,55g / Kw.tł.nas:6,90g/ W:297,79g/W tym cukier:48,26g/ sól:3,37g / Bł:33,98g /	E:2056,23kcal/ B:86,68g/ T:52,07g / Kw.tł.nas:6,74g/ W:307,39g/W tym cukier:50,66g/ sól:3,05g / Bł:35,58g /	E:1937,01kcal/ B:81,88g/ T:52,55g / Kw.tł.nas:6,74g/ W:275,19g/W tym cukier:43,58g/ sól:1,93g / Bł:42,62g /	E:2367,06kcal/ B:103,08g/ T:50,44g / Kw.tł.nas:7,86g/ W:343,66g/W tym cukier:67,56g/ sól:3,41g / Bł:25,02g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

28.12.2024 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2095,57kcal/ B:72,01g/ T:68,81g / Kw.tł.nas:22,01g/ W:220,67g/W tym cukier:41,55g/ sól:4,38g / Bł:26,07g /	E:2121,17kcal/ B:72,65g/ T:68,33g / Kw.tł.nas:21,85g/ W:230,27g/W tym cukier:43,95g/ sól:4,06g / Bł:27,67g /	E:2009,97kcal/ B:67,85g/ T:68,81g / Kw.tł.nas:21,85g/ W:200,07g/W tym cukier:38,87g/ sól:2,94g / Bł:34,71g /	E:2218,57kcal/ B:76,21g/ T:72,56g / Kw.tł.nas:24,41g/ W:243,62g/W tym cukier:41,55g/ sól:4,53g / Bł:26,07g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

29.12.2024 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2328,98kcal/ B:100,17g/ T:90,86g / Kw.tł.nas:36,13g/ W:315,57g/W tym cukier:81,46g/ sól:4,85g / Bł:34,99g /	E:2354,58kcal/ B:100,81g/ T:90,38g / Kw.tł.nas:35,97g/ W:325,17g/W tym cukier:83,86g/ sól:4,53g / Bł:36,59g /	E:2093,35kcal/ B:95,61g/ T:89,26g / Kw.tł.nas:34,37g/ W:261,57g/ W tym cukier:37,78g/ sól:3,21g / Bł:43,63g /	E:2532,23kcal/ B:104,68g/ T:92,02g / Kw.tł.nas:36,44g/ W:357,58g/W tym cukier:88,82g/ sól:4,86g / Bł:37,46g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

30.12.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67, 7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67, 7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67, 7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67, 7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2144,87kcal/ B:71,21g/ T:63,79g / Kw.tł.nas:7,66g/ W:307,17g/W tym cukier:95,72g/ sól:3,53g / Bł:26,75g /	E:2242,62kcal/ B:68,28g/ T:54,53g / Kw.tł.nas:7,30g/ W:362,71g/W tym cukier:99,90g sól:3,13g / Bł:35,73g /	E:2063,39kcal/ B:63,48g/ T:55,01g / Kw.tł.nas:7,30g/ W:315,51g/W tym cukier:77,82g/ sól;2,01g / Bł:42,77g /	E:2206,87kcal/ B:71,21g/ T:63,79g / Kw.tł.nas;7,66g/ W:320,17g/W tym cukier:106,72g sól;3,53g / Bł:29,95g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

31.12.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2480,24kcal/ B:95,85g/ T:60,28g / Kw.tł.nas:21,69g/ W:393,60g/W tym cukier:52,86g/ sól:3,75g / Bł:32,14g /	E:2182,95kcal/ B:74,00g/ T:60,89g / Kw.tł.nas:18,82g/ W:341,65g/W tym cukier:52,45g/ sól:3,06g / Bł:30,50g /	E:2075,72kcal/ B:74,00g/ T:64,37g / Kw.tł.nas:20,86g/ W:300,81g/W tym cukier:36,73g/ sól:2,07g / Bł:37,54g /	E:2311,10kcal/ B:73,36g/ T:61,37g / Kw.tł.nas:18,98g/ W:368,05g/W tym cukier:50,05g/ sól:3,38g / Bł:28,90g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

01.01.2025 środa				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z dorsza (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z dorsza (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z dorsza (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z dorsza (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2418,35kcal/ B:95,57g/ T:108,47g / Kw.tł.nas:12,87g/ W:268,99g/W tym cukier:51,70g/ sól:6,09g / Bł:22,49g /	E:2443,95kcal/ B:96,21g/ T:107,99g / Kw.tł.nas:12,71g/ W:278,59g/W tym cukier:54,10g/ sól:5,77g / Bł:24,09g /	E:2342,33kcal/ B:93,81g/ T:108,23g / Kw.tł.nas:12,71g/ W:251,99g/W tym cukier:40,06g/ sól:5,21g / Bł:27,61g /	E:2540,05kcal/ B:97,25g/ T:111,97g / Kw.tł.nas:15,27g/ W:289,39g/W tym cukier:71,20g sól:6,19g/ Bł:22,49g/

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

02.01.2025 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 100g (1-P76,3,6,7,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 100g (1-P76,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 100g (1-P76,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 100g (1-P76,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2353,84kcal/ B:75,90g/ T:69,51g / Kw.tł.nas:9,87g/ W:353,44g/W tym cukier:66,85g/ sól:3,63g / Bł:49,32g /	E:2384,59kcal/ B:77,62g/ T:59,33g / Kw.tł.nas:8,80g/ W:382,26g/W tym cukier:79,25g/ sól:3,31g / Bł:52,03g	E:2225,76kcal/ B:76,10g/ T:66,23g / Kw.tł.nas:11,10g/ W:323,46g/W tym cukier:43,62g/ sól:2,74g / Bł:58,63g /	E:2478,84kcal/ B:80,90g/ T:69,51g / Kw.tł.nas:9,87g/ W:380,94g/W tym cukier:104,93g/ sól:3,63g / Bł:49,32g /

Informacje o alergenach zawartych w potrawach znajdują się w tabeli na końcu jadłospisu

03.01.2025 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) twarożek kanapowy 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) twarożek kanapowy 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Maślanka owocowa 200g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2520,27kcal/ B:83,30g/ T:94,33 / Kw.tł.nas:19,96g/ W:265,32g/W tym cukier:40,90g/ sól:4,71g / Bł:27,45g /	E:2388,33kcal/ B:84,18g/ T:84,74g / Kw.tł.nas:20,83g/ W:342,42g/W tym cukier:45,70g/ sól:4,45g / Bł:32,98g /	E:2269,12kcal/ B:79,38g/ T:85,22g / Kw.tł.nas:20,83g/ W:310,22g/W tym cukier:38,62g/ sól:3,33g / Bł:40,02g /	E:2566,73kcal/ B:93,74g/ T:93,32g / Kw.tł.nas:20,94g/ W:355,32g/W tym cukier:65,05g/ sól:4,93g / Bł:31,38g /

WYKAZ ALERGENÓW			
LP.	KOD	NAZWA	SYMBOL
1.	Gluten	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut) lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne	<i>P67- owies P76-pszenica P86-zboża P90-żyto P-jęczmień</i>
2.	Skorupiaki	Skorupiaki i produkty pochodne	<i>skorupiaki</i>
3.	Jaja	Jaja i produkty pochodne	<i>jaja</i>
4.	Ryby	Ryby i produkty pochodne	<i>ryby</i>
5.	Orzeszki ziemne	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	<i>orzeszki ziemne</i>
6.	Soja	Soja i produkty pochodne	<i>soja</i>
7.	Mleko	Mleko i produkty pochodne, łącznie z laktozą	<i>mleko</i>
8.	Orzechy	Migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe arachidowe, a także produkty pochodne	<i>orzechy</i>
9.	Seler	Seler i produkty pochodne	<i>seler</i>
10.	Gorczyca	Gorczyca i produkty pochodne	<i>gorczyca</i>
11.	Sezam	Nasiona sezamu i produkty pochodne	<i>sezam</i>
12.	Dwutlenek siarki	Dwutlenek siarki i siarczyny	<i>dwutlenek siarki</i>
13.	Łubin	Łubin i produkty pochodne	<i>łubin</i>
14.	Mięczaki	Mięczaki i produkty pochodne	<i>mięczaki</i>

