

Jadłospis za okres od dnia 04.01.2025 do dnia 13.01.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

04.01.2025 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g ogórek kiszony 100g 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 konserwowa 50g ogórek kiszony bez skórki 100g 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 konserwowa 50g ogórek kiszony 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g ogórek kiszony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Wafelek kakaowy 40g (1-P76,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2356,65kcal/ B:86,73g/ T:76,81g / Kw.tł.nas:13,66g/ W:370,26g/W tym cukier:48,27g/ sól:4,33g / Bł:23,66g /	E:2382,25kcal/ B:87,37g/ T:76,33g / Kw.tł.nas:13,50g/ W:379,86g/W tym cukier:50,67g/ sól:4,01g / Bł:25,26g /	E:2283,05kcal/ B:82,57g/ T:76,81g / Kw.tł.nas:13,50g/ W:352,66g/W tym cukier:48,59g/ sól:2,89g / Bł:32,30g /	E:2569,05kcal/ B:89,41g/ T:88,41g / Kw.tł.nas:18,86g/ W:394,26g/W tym cukier:61,87g/ sól4,39g / Bł:25,66g /

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

05.01.2025niedziela				
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) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser mozzarella 60g (7) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser mozzarella 60g (7) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser mozzarella 60g (7) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser mozzarella 60g (7) roszponka 20g 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 pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż na sypko 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż na sypko 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż na sypko 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2269,65kcal/ B:72,25g/ T:69,82g / Kw.tł.nas:19,27g/ W:316,70g/W tym cukier:71,21g/ sól:4,05g / Bł:20,93g /	E:2295,25kcal/ B:72,89g/ T:69,34g / Kw.tł.nas:19,11g/ W:326,30g/W tym cukier:73,619g/ sól:3,73g / Bł:22,53g /	E:2196,05kcal/ B:68,09g/ T:69,82g / Kw.tł.nas:19,11g/ W:299,10g/W tym cukier:71,53g/ sól:2,61g / Bł:29,57g /	E:2512,65kcal/ B:80,25g/ T:74,57g / Kw.tł.nas:19,27g/ W:341,45g/W tym cukier:71,21g sól:4,05g / Bł:20,93g /

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

06.01.2025 poniedziałek				
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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) serek wiejski 100g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) serek wiejski 100g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) serek wiejski 100g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) serek wiejski 100g (7) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2084,16kcal/ B:81,76g/ T:69,21g / Kw.tł.nas:35,44g/ W:281,99g/W tym cukier:55,86g/ sól:4,80g / Bł:26,82g /	E:2109,76kcal/ B:82,40g/ T:68,73g / Kw.tł.nas:35,28g/ W:291,59g/W tym cukier:58,26g/ sól:4,48g / Bł:28,42g /	E:2010,56kcal/ B:77,60g/ T:69,21g / Kw.tł.nas:35,28g/ W:264,39g/W tym cukier:56,18g/ sól:3,36g / Bł:35,46g /	E:2276,16kcal/ B:92,56g/ T:75,66g / Kw.tł.nas:39,64g/ W:304,49g/W tym cukier:75,36g/ sól:4,91g / Bł:26,82g /

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

07.01.2025 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2094,33kcal/ B:72,32g/ T:60,68g / Kw.tł.nas:8,48g/ W:317,01g/W tym cukier:55,43g/ sól:5,57g / Bł:30,125g /	E:2210,95kcal/ B:77,69g/ T:50,20g / Kw.tł.nas:8,40g/ W:363,16g/W tym cukier:61,40g/ sól:5,18g / Bł:27,49g /	E:2111,75kcal/ B:72,89g/ T:50,68g / Kw.tł.nas:8,40g/ W:335,96g/W tym cukier:59,32g/ sól:4,06g / Bł:34,53g /	E:2520,33kcal/ B:80,32g/ T:75,98g / Kw.tł.nas:16,08g/ W:381,51g/W tym cukier:79,13g/ sól:5,87g / Bł:31,62g /

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

08.01.2025 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) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) kotlet mielony 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g(1-P76,3,9) pulpet wieprzowy sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g(1-P76,3,9) pulpet wieprzowy sosie pieczarkowy 250g (1-P76,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) kotlet mielony 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
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:2126,29kcal/ B:84,88g/ T:74,99g / Kw.tł.nas:13,34g/ W:288,17g/W tym cukier:60,07g/ sól;3,68g / Bł:37,82g /	E:2140,01kcal/ B:86,76g/ T:71,61g / Kw.tł.nas:15,42g/ W:298,88g/W tym cukier:62,96g/ sól:3,33g / Bł:39,20g /	E:2007,81kcal/ B:83,76g/ T:72,09g / Kw.tł.nas:15,57g/ W:256,68g/W tym cukier:68,83g/ sól;2,23g / Bł:46,24g /	E:2693,89kcal/ B:90,56g/ T:114,81g / Kw.tł.nas:16,75g/ W:333,34g/W tym cukier:69,95g/ sól;4,14g / Bł:40,41g /

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

09.01.2025 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2435,00kcal/ B:85,70g/ T:48,08g / Kw.tł.nas:10,78g/ W:384,54g/W tym cukier:92,06g/ sól:3,58g / Bł:29,16g /	E:2539,96kcal/ B:88,76g/ T:44,06g / Kw.tł.nas:8,25g/ W:422,23g/W tym cukier:93,82g sól:3,00g / Bł:35,64g /	E:2503,76kcal/ B:86,48g/ T:50,46g / Kw.tł.nas:8,67g/ W:396,03g/W tym cukier:79,00g/ sól;2,60g / Bł:43,14g /	E:2685,55kcal/ B:98,35g/ T:50,70g / Kw.tł.nas;10,86g/ W:438,71g/W tym cukier:91,42g sól;3,47g / Bł:37,98g /

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

10.01.2025 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) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet z dorsza 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet z dorsza 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, 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, 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, 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, wędliną i warzywami 100g (1-P76,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2336,64kcal/ B:79,62g/ T:86,84g / Kw.tł.nas:31,52g/ W:309,77g/W tym cukier:61,15g/ sól:6,67g / Bł:30,84g /	E:2633,73kcal/ B:97,80g/ T:102,04g / Kw.tł.nas:28,58g/ W:333,78g/W tym cukier:61,62g/ sól:4,29g / Bł:38,79g /	E:2534,53kcal/ B:93,00g/ T:102,52g / Kw.tł.nas:28,58g/ W:306,58g/W tym cukier:59,54g/ sól:3,17g / Bł:45,83g /	E:2461,64kcal/ B:84,62g/ T:86,84g / Kw.tł.nas:31,52g/ W:337,27g/W tym cukier:88,65g/ sól:6,67g / Bł:30,84g /

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

11.01.2025 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) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
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 barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) gulasz wieprzowy 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-P) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) gulasz wieprzowy 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-P) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) gulasz wieprzowy 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-P) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1-P76,3,7,9) gulasz wieprzowy 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-P) kompot 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 szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2155,61kcal/ B:89,89g/ T:62,75g / Kw.tł.nas:19,61g/ W:296,78g/W tym cukier:45,56g/ sól;5,51g / Bł:36,59g /	E:2181,21kcal/ B:90,53g/ T:62,27g / Kw.tł.nas:19,45g/ W;306,38g/W tym cukier:47,96g/ sól;5,19g / Bł:38,19g /	E:2082,01kcal/ B:85,73g/ T:62,75g / Kw.tł.nas:19,45g/ W:279,18g/W tym cukier:45,88g/ sól:4,07g / Bł:45,23g /	E:2295,11kcal/ B:91,69g/ T:66,35g / Kw.tł.nas:22,01g/ W:321,38g/W tym cukier:65,06g sól;5,61g/ Bł;36,59g/

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

12.01.2025 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) śledź w pomidorach 60g (4) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
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:2072,81kcal/ B:94,96g/ T:55,24g / Kw.tł.nas:11,89g/ W:277,28g/W tym cukier:70,44g/ sól:4,24g / Bł:28,94g /	E:2098,41kcal/ B:95,60g/ T:54,76g / Kw.tł.nas:11,73g/ W:286,88g/W tym cukier:72,84g/ sól:3,92g / Bł:30,54g	E:2124,89cal/ B:79,76g/ T:70,36g / Kw.tł.nas:15,55g/ W:264,40g/W tym cukier:63,24g/ sól:2,99g / Bł:38,88g /	E:2226,56kcal/ B:94,960g/ T:55,24g / Kw.tł.nas:11,89g/ W:313,28g/W tym cukier:70,44g/ sól:4,24g / Bł:28,94g /

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

13.01.2025 poniedziałek

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) ser żółty 50g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1-P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) papryka świeża 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) ser żółty 50g (7) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1-P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2166,92kcal/ B:85,50g/ T:63,14g / Kw.tł.nas:9,73g/ W:311,04g/W tym cukier:49,05g/ sól:3,54g / Bł:26,83g /	E:2179,02kcal/ B:88,29g/ T:59,66g / Kw.tł.nas:12,97g/ W:321,89g/W tym cukier:53,45g/ sól:3,62g / Bł:28,43g /	E:2189,13kcal/ B:83,59g/ T:70,28g / Kw.tł.nas:13,03g/ W:299,43g/W tym cukier:51,37g/ sól:2,50g / Bł:35,67g /	E:2228,92kcal/ B:85,50g/ T:63,14g / Kw.tł.nas:9,73g/ W:324,04g/W tym cukier:60,05g/ sól:3,54g / Bł:30,03g /

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>

