

Jadłospis za okres od dnia 24.01.2025 do dnia 02.02.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

24.01.2025 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) bigos z kapusty kiszonej 300g (6,10) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2387,18kcal/ B:82,62g/ T:101,08g / Kw.tł.nas:18,36g/ W:298,35g/W tym cukier:61,28g/ sól:4,95g / Bł:34,22g /	E:2530,80kcal/ B:76,02g/ T:97,81g / Kw.tł.nas:17,29g/ W:339,54g/W tym cukier:60,26g/ sól:4,66g / Bł:23,00g /	E:2451,60kcal/ B:71,22g/ T:98,29g / Kw.tł.nas:17,29g/ W:317,34g/W tym cukier:63,18g/ sól:3,54g / Bł:30,05g /	E:2628,20kcal/ B:79,58g/ T:102,04g / Kw.tł.nas:19,85g/ W:352,89g/W tym cukier:57,86g/ sól:5,12g / Bł:21,41g /

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

25.01.2025 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) dżem 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) dżem 40g szczypiorek 50g 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) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g 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) dżem 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2154,16kcal/ B:72,71g/ T:55,68g / Kw.tł.nas:11,84g/ W:330,25g/W tym cukier:58,47g/ sól:3,54g / Bł:27,47g /	E:2179,76kcal/ B:73,35g/ T:55,20g / Kw.tł.nas:11,68g/ W:339,85g/W tym cukier:60,87g/ sól:3,22g / Bł:29,07g /	E:2020,95kcal/ B:74,43g/ T:58,64g / Kw.tł.nas:13,38g/ W:286,80g/W tym cukier:32,04g/ sól:2,60g / Bł:35,67g /	E:2346,16kcal/ B:83,51g/ T:62,13g / Kw.tł.nas:16,04g/ W:352,75g/W tym cukier:77,97g sól:3,65g / Bł:27,47g /

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

26.01.2025 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P76,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P76,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1-P76,7,9) kiełbasa smażona 100g (6,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1-P76,7,9) kiełbasa smażona 100g (6,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (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 200g (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 200g (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 200g (1-P76,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2224,50kcal/ B:83,56g/ T:75,87g / Kw.tł.nas:10,05g/ W:347,38g/W tym cukier:88,02g/ sól:5,16g / Bł:46,79g /	E:2250,67kcal/ B:80,91g/ T:55,50g / Kw.tł.nas:14,48g/ W:373,42g/W tym cukier:89,13g/ sól:4,88g / Bł:52,81g /	E:2071,43kcal/ B:76,11g/ T:55,98g / Kw.tł.nas:14,48g/ W:326,22g/W tym cukier:67,05g/ sól:3,76g / Bł:59,85g /	E:2359,50kcal/ B:84,76g/ T:76,17g / Kw.tł.nas:10,14g/ W:377,08g/W tym cukier:116,52g/ sól:5,16g / Bł:50,09g /

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

27.01.2025 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 jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-P,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2033,52kcal/ B:69,04g/ T:65,90g / Kw.tł.nas:9,26g/ W:294,79g/W tym cukier:63,98g/ sól:3,38g / Bł:37,70g /	E:2217,40kcal/ B:75,03g/ T:64,38g / Kw.tł.nas:12,21g/ W:336,71g/W tym cukier:65,07g/ sól:3,49g / Bł:45,84g /	E:2038,17kcal/ B:70,23g/ T:64,86g / Kw.tł.nas:12,21g/ W:289,51g/W tym cukier:42,99g/ sól:2,37g / Bł:52,88g /	E:2325,52kcal/ B:79,04g/ T:78,90g / Kw.tł.nas:11,86g/ W:342,79g/W tym cukier:70,28g/ sól:3,38g / Bł:37,70g /

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

28.01.2025 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 owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny- pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2491,59kcal/ B:77,80g/ T:89,16g / Kw.tł.nas:24,96g/ W:280,60g/W tym cukier:51,02g/ sól;3,34g / Bł:16,07g /	E:2421,66kcal/ B:83,28g/ T:85,08g / Kw.tł.nas:24,18g/ W:356,20g/W tym cukier:53,57g/ sól:3,05g / Bł:21,60g /	E:2242,42kcal/ B:78,48g/ T:85,57g / Kw.tł.nas:24,18g/ W:309,00g/W tym cukier:31,49g/ sól;1,93g / Bł:28,64g /	E:2535,56kcal/ B:84,44g/ T:89,16g / Kw.tł.nas:26,74g/ W:371,20g/W tym cukier:70,67g/ sól;3,47g / Bł:20,00g /

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

29.01.2025 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) ser mozzarella 60g (7) szyneczka konserwowa 50g 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) szyneczka konserwowa 50g 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) szyneczka konserwowa 50g 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) szyneczka konserwowa 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) naleśniki z serem i marmoladą 300g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
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:2256,75kcal/ B:92,37g/ T:76,39g / Kw.tł.nas:17,67g/ W:299,23g/W tym cukier:67,69g/ sól:5,45g / Bł:26,77g /	E:2300,36kcal/ B:95,56g/ T:70,15g / Kw.tł.nas:19,03g/ W:321,63g/W tym cukier:71,02g sól:5,54g / Bł:34,13g /	E:2189,16kcal/ B:90,76g/ T:70,63g / Kw.tł.nas:19,03g/ W:291,43g/W tym cukier:65,94g/ sól;4,42g / Bł:41,17g /	E:2428,60kcal/ B:102,42g/ T:70,03g / Kw.tł.nas;18,53g/ W:343,35g/W tym cukier:86,20g sól;5,51g / Bł:23,81g /

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

30.01.2025 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 kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) dorsz smaźony panierowany 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) dorsz smaźony panierowany 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1-P76,6,7)
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:2074,10kcal/ B:93,74g/ T:49,44g / Kw.tł.nas:7,05g/ W:315,20g/W tym cukier:62,56g/ sól:5,46g / Bł:41,56g /	E:2260,99kcal/ B:100,37g/ T:56,01g / Kw.tł.nas:10,04g/ W:342,92g/W tym cukier:65,53g/ sól:4,18g / Bł:44,83g /	E:2081,76kcal/ B:95,57g/ T:56,49g / Kw.tł.nas:10,04g/ W:295,72g/W tym cukier:43,45g/ sól:3,06g / Bł:51,87g /	E:2286,50kcal/ B:96,42g/ T:61,04g / Kw.tł.nas:12,25g/ W:339,20g/W tym cukier:76,16g/ sól:5,52g / Bł:43,56g /

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

31.01.2025 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 żółty 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2447,63kcal/ B:104,46g/ T:64,27g / Kw.tł.nas:16,11g/ W:346,00g/W tym cukier:62,76g/ sól;4,57g / Bł:48,59g /	E:2411,23kcal/ B:100,50g/ T:62,29g / Kw.tł.nas:17,60g/ W;357,09g/W tym cukier:67,41g/ sól;4,28g / Bł:50,19g /	E:2210,01kcal/ B:95,30g/ T:61,17g / Kw.tł.nas:16,00g/ W:308,49g/W tym cukier:36,33g/ sól:2,97g / Bł:57,23g /	E:2509,62 kcal/ B:104,46g/ T:68,27g / Kw.tł.nas:16,11g/ W:358,99g/W tym cukier:73,76g sól;4,57g/ Bł;51,79g/

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

01.02.2025 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) serek wiejski 100g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 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) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2359,48kcal/ B:105,28g/ T:77,74g / Kw.tł.nas:14,16g/ W:308,69g/W tym cukier:51,23g/ sól:4,73g / Bł:28,06g /	E:2385,08kcal/ B:105,92g/ T:77,26g / Kw.tł.nas:14,00g/ W:318,29g/W tym cukier:53,63g/ sól:4,41g / Bł:29,66g	E:2233,87cal/ B:101,12g/ T:77,74g / Kw.tł.nas:14,00g/ W:278,09g/W tym cukier:38,55g/ sól:3,30g / Bł:36,70g /	E:2482,92kcal/ B:111,92g/ T:82,12g / Kw.tł.nas:14,16g/ W:321,67g/W tym cukier:52,23g/ sól:4,73g / Bł:28,06g /

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

02.02.2025 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) szynka drobiowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-P76,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2346,66kcal/ B:94,15g/ T:86,18g / Kw.tł.nas:13,22g/ W:333,03g/W tym cukier:51,41g/ sól:3,80g / Bł:32,87g /	E:2372,26kcal/ B:94,79g/ T:85,70g / Kw.tł.nas:13,05g/ W:342,63g/W tym cukier:53,81g/ sól:3,48g / Bł:34,47g /	E:2160,03kcal/ B:91,79g/ T:86,18g / Kw.tł.nas:13,21g/ W:280,43g/W tym cukier:39,68g/ sól:2,38g / Bł:41,51g /	E:2549,91kcal/ B:98,67g/ T:87,35g / Kw.tł.nas:13,53g/ W:375,04g/W tym cukier:58,77g/ sól:3,81g / Bł:35,34g /

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>

