

Jadłospis za okres od dnia 23.02.2025 do dnia 04.03.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

23.02.2025 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) śledź w pomidorach 60g (4) szynka drobiowa 50g (1,6) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szynka drobiowa 50g (1,6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szynka drobiowa 50g (1,6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szynka drobiowa 50g (1,6) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
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:2225,86kcal/ B:76,29g/ T:65,68g / Kw.tł.nas:14,71g/ W:248,15g/W tym cukier:56,05g/ sól:4,02g / Bł:30,50g /	E:2251,46kcal/ B:76,93g/ T:65,20g / Kw.tł.nas:14,55g/ W:257,75g/W tym cukier:58,45g/ sól:3,67g / Bł:32,10g /	E:2072,23kcal/ B:72,13g/ T:65,68g / Kw.tł.nas:14,55g/ W:210,55g/W tym cukier:36,37g/ sól:2,58g / Bł:39,14g /	E:2360,86kcal/ B:77,49g/ T:65,98g / Kw.tł.nas:14,80g/ W:277,85g/W tym cukier:84,55g/ sól:4,02g / Bł:33,80g /

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

24.02.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Makaron razowy na mleku 300g (1-P76, 1-P90,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1-P76, 1-P90,3,7) bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1-P76, 1-P90,3,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1-P76, 1-P90, 3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ryżowa 300g (9) kiełbasa zwyczajna smażona 100g (6,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (9) kiełbasa zwyczajna smażona 100g (6,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 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 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:2186,16kcal/ B:76,30g/ T:82,17g / Kw.tł.nas:18,42g/ W:292,83g/W tym cukier:61,36g/ sól:3,86g / Bł:28,25g /	E:2190,73kcal/ B:72,81g/ T:72,17g / Kw.tł.nas:22,78g/ W:317,12g/W tym cukier:63,46g/ sól:3,93g / Bł:34,33g /	E:2011,49kcal/ B:68,01g/ T:72,65g / Kw.tł.nas:22,78g/ W:269,92g/W tym cukier:41,38g/ sól:2,81g / Bł:41,37g /	E:2325,66kcal/ B:78,10g/ T:85,77g / Kw.tł.nas:20,82g/ W:317,43g/W tym cukier:80,86g sól:3,96g / Bł:28,25g /

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

25.02.2025 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Galaretka 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 200g (1-P76, 1-P90,3,6,7,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym z wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2491,36kcal/ B:87,27g/ T:76,71g / Kw.tł.nas:12,82g/ W:384,78g/W tym cukier:77,23g/ sól:3,80g / Bł:47,99g /	E:2356,39kcal/ B:84,68g/ T:66,46g / Kw.tł.nas:11,94g/ W:376,23g/W tym cukier:79,11g/ sól:3,48g / Bł:43,25g /	E:2177,15kcal/ B:79,88g/ T:66,94g / Kw.tł.nas:11,94g/ W:329,03g/W tym cukier:57,03g/ sól:2,36g / Bł:50,29g /	E:2616,36kcal/ B:92,27g/ T:76,71g / Kw.tł.nas:12,83g/ W:412,28g/W tym cukier:104,73g/ sól:3,80g / Bł:47,99g /

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

26.02.2025 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:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) dorsz smażony panierowany 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) dorsz smażony panierowany 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (1,6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (1,6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (1,6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (1,6) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2145,61kcal/ B:94,16g/ T:66,52g / Kw.tł.nas;19,57g/ W:271,69g/W tym cukier:45,23g/ sól;3,80g / Bł:34,26g /	E:2224,49kcal/ B:100,13g/ T:61,62g / Kw.tł.nas;22,27g/ W:299,26g/W tym cukier;48,19g/ sól:3,50g / Bł:37,52g /	E:2073,28kcal/ B:95,33g/ T:62,10g / Kw.tł.nas;22,27g/ W:259,06g/W tym cukier:33,11g/ sól:2,38g / Bł:44,56g /	E:2337,61kcal/ B:104,96g/ T:72,97g / Kw.tł.nas;23,77g/ W:294,19g/W tym cukier:64,73g/ sól:3,91g / Bł:34,26g /

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

27.02.2025 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) sałatka rybna 60g (4,6,9) szczypiorek 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) szczypiorek 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) szczypiorek 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
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 ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kluski śląskie 350g (3) surówka z białej kapusty i marchwi 200g herbata ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kluski śląskie 350g (3) surówka z białej kapusty i marchwi 200g herbata ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kluski śląskie 350g (3) surówka z białej kapusty i marchwi 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (96) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (96) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2421,54kcal/ B:102,89g/ T:59,76g / Kw.tł.nas:9,04g/ W:355,43g/W tym cukier:102,29g/ sól;5,54g / Bł:37,40g /	E:2343,96kcal/ B:103,99g/ T:54,28g / Kw.tł.nas:9,04g/ W:374,92g/W tym cukier:107,84g sól:5,23g / Bł:52,02g /	E:2164,73kcal/ B:99,19g/ T:54,76g / Kw.tł.nas:9,04g/ W:327,72g/W tym cukier:85,76g/ sól;4,11g / Bł:59,06g /	E:2610,36kcal/ B:113,35g/ T:67,76g / Kw.tł.nas:11,80g/ W:413,32g/W tym cukier:111,74g/ sól;5,55g / Bł:50,42g /

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

28.02.2025 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) bigos z kapusty kiszonej 300g (6,10) ziemniaki 200g kompot 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) kompot 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) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2307,95kcal/ B:88,79g/ T:104,14g / Kw.tł.nas:16,99g/ W:265,63g/W tym cukier:45,20g/ sól:4,20g / Bł:30,72g /	E:2451,57kcal/ B:82,19g/ T:100,86g / Kw.tł.nas:15,92g/ W:306,82g/W tym cukier:44,18g sól:3,91g / Bł:19,51g /	E:2332,35kcal/ B:77,39g/ T:101,34g / Kw.tł.nas:15,92g/ W:274,62g/W tym cukier:37,10g/ sól;2,79g / Bł:26,55g /	E:2519,97kcal/ B:83,45g/ T:103,84g / Kw.tł.nas:17,68g/ W:312,22g/W tym cukier:51,48g sól;4,23g / Bł:19,11g /

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

01.03.2025 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) szynka biała 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 5g (6) paprykarz warzywny 60g (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) szynka biała 50g (6) paprykarz warzywny 60g (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) szynka biała 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) sałata lodowa 20g 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 koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kisiel 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kisiel 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (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:2088,48kcal/ B:85,36g/ T:68,81g / Kw.tł.nas:10,90g/ W:293,07g/W tym cukier:38,19g/ sól;4,25g / Bł:38,63g /	E:2272,36kcal/ B:91,35g/ T:67,29g / Kw.tł.nas:13,84g/ W:334,99g/W tym cukier:39,28g/ sól:4,35g / Bł:46,77g /	E:2088,14kcal/ B:88,35g/ T:67,77g / Kw.tł.nas:13,99g/ W:279,79g/W tym cukier:32,15g/ sól:3,25g / Bł:53,81g /	E:2331,48kcal/ B:93,36g/ T:73,56g / Kw.tł.nas:10,90g/ W:317,82g/W tym cukier:38,19g/ sól;4,25g / Bł:38,63g /

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

02.03.2025 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) miód 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g 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) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2210,28kcal/ B:84,74g/ T:63,70g / Kw.tł.nas:9,75g/ W:364,88g/W tym cukier:65,33g/ sól:8,67g / Bł:33,09g /	E:2235,88kcal/ B:85,38g/ T:63,22g / Kw.tł.nas:9,59g/ W:374,48g/W tym cukier:67,74g/ sól:8,35g / Bł:34,69g /	E:2037,34kcal/ B:84,73g/ T:66,19g / Kw.tł.nas:11,24g/ W:312,93g/W tym cukier:32,71g/ sól:7,27g / Bł:41,73g /	E:2422,68kcal/ B:87,42g/ T:75,30g / Kw.tł.nas:14,95g/ W:388,88g/W tym cukier:78,94g sól:8,74g/ Bł:35,09g/

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

03.03.2025 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-E1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2276,84kcal/ B:76,55g/ T:55,50g / Kw.tł.nas:12,52g/ W:348,12g/W tym cukier:68,80g/ sól:4,12g / Bł:35,51g /	E:2302,44kcal/ B:77,19g/ T:55,02g / Kw.tł.nas:12,36g/ W:357,72g/W tym cukier:71,21g/ sól:3,80g / Bł:37,11g	E:2123,20kcal/ B:72,39g/ T:55,50g / Kw.tł.nas:12,36g/ W:310,52g/W tym cukier:49,13g/ sól:2,68g / Bł:44,15g /	E:2411,84kcal/ B:77,75g/ T:55,80g / Kw.tł.nas:12,61g/ W:377,82g/W tym cukier:97,31g/ sól:4,12g / Bł:38,81g /

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

04.03.2025 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 jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) 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) 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:2181,13kcal/ B:77,15g/ T:49,65g / Kw.tł.nas:9,10g/ W:328,02g/W tym cukier:53,81g/ sól;4,05g / Bł:17,92g /	E:2206,73kcal/ B:77,79g/ T:49,17g / Kw.tł.nas:8,94g/ W:337,62g/W tym cukier:56,21g/ sól:3,73g / Bł:19,52g /	E:2027,50kcal/ B:72,99g/ T:49,65g / Kw.tł.nas:8,94g/ W:290,42g/W tym cukier:34,13g/ sól;2,61g / Bł:26,56g /	E:2352,98kcal/ B:87,20g/ T:43,29g / Kw.tł.nas:9,96g/ W:372,14g/W tym cukier:72,32g/ sól:4,10g / Bł:14,96g /

**WYKAZ ALERGENÓW**

<b>LP.</b>	<b>KOD</b>	<b>NAZWA</b>	<b>SYMBOL</b>
1.	<b>Gluten</b>	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 E1-jęczmień</i>
2.	<b>Skorupiaki</b>	Skorupiaki i produkty pochodne	<i>skorupiaki</i>
3.	<b>Jaja</b>	Jaja i produkty pochodne	<i>jaja</i>
4.	<b>Ryby</b>	Ryby i produkty pochodne	<i>ryby</i>
5.	<b>Orzeszki ziemne</b>	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	<i>orzeszki ziemne</i>
6.	<b>Soja</b>	Soja i produkty pochodne	<i>soja</i>
7.	<b>Mleko</b>	Mleko i produkty pochodne, łącznie z laktozą	<i>mleko</i>
8.	<b>Orzechy</b>	Migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe arachidowe, a także produkty pochodne	<i>orzechy</i>
9.	<b>Seler</b>	Seler i produkty pochodne	<i>seler</i>
10.	<b>Gorczyca</b>	Gorczyca i produkty pochodne	<i>gorczyca</i>
11.	<b>Sezam</b>	Nasiona sezamu i produkty pochodne	<i>sezam</i>
12.	<b>Dwutlenek siarki</b>	Dwutlenek siarki i siarczyny	<i>dwutlenek siarki</i>
13.	<b>Łubin</b>	Łubin i produkty pochodne	<i>łubin</i>
14.	<b>Mięczaki</b>	Mięczaki i produkty pochodne	<i>mięczaki</i>

