

Jadłospis za okres od dnia 15.03.2025 do dnia 24.03.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

15.03.2025 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) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6) 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) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 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) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g(6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2346,98kcal/ B:76,09g/ T:69,53g / Kw.tł.nas:10,98g/ W:337,00g/W tym cukier:82,89g/ sól:4,51g / Bł:24,76g /	E:2372,58kcal/ B:76,73g/ T:69,05g / Kw.tł.nas:10,82g/ W:346,60g/W tym cukier:85,29g/ sól:4,19g / Bł:26,36g /	E:2221,36kcal/ B:71,93g/ T:69,53g / Kw.tł.nas:10,82g/ W:306,40g/W tym cukier:70,21g/ sól:3,07g / Bł:33,40g /	E:2538,98kcal/ B:86,89g/ T:75,98g / Kw.tł.nas:15,18g/ W:359,50g/W tym cukier:102,39g/ sól:4,61g / Bł:24,76g /

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

16.03.2025 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) szynka wędzona 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (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:				Sos kubaś 300g
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:2302,49kcal/ B:97,92g/ T:93,11g / Kw.tł.nas:38,53g/ W:315,63g/W tym cukier:59,36g/ sól:5,45g / Bł:32,99g /	E:2328,09kcal/ B:98,56g/ T:92,63g / Kw.tł.nas:38,37g/ W:325,23g/W tym cukier:61,76g/ sól:5,13g / Bł:34,59g /	E:2 115,85kcal/ B:95,56g/ T:93,11g / Kw.tł.nas:38,52g/ W:263,03g/W tym cukier:47,63g/ sól:4,03g / Bł:41,63g /	E:2437,49kcal/ B:99,12g/ T:93,41g / Kw.tł.nas:38,62g/ W:345,33g/W tym cukier:87,86g/ sól:5,45g / Bł:36,29g /

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

17.03.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	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 świeża100g 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:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) kisiel 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2261,97kcal/ B:86,70g/ T:60,56g / Kw.tł.nas:24,30g/ W:349,66g/W tym cukier:60,94g/ sól:4,02g / Bł:51,39g /	E:2287,57kcal/ B:87,34g/ T:60,08g / Kw.tł.nas:24,14g/ W:359,26g/W tym cukier:63,34g/ sól:3,70g / Bł:52,99g /	E:2108,33kcal/ B:82,54g/ T:60,56g / Kw.tł.nas:24,14g/ W:312,06g/W tym cukier:41,26g/ sól:2,58g / Bł:60,03g /	E:2504,97kcal/ B:94,70g/ T:65,31g / Kw.tł.nas:24,30g/ W:374,41g/W tym cukier:60,94g/ sól:4,02g / Bł:51,39g /

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

18.03.2025 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) szyneczka konserwowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g(6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2134,53kcal/ B:81,16g/ T:34,01g / Kw.tł.nas:9,08g/ W:375,47g/W tym cukier:55,47g/ sól;3,87g / Bł:16,55g /	E:2160,13kcal/ B:81,80g/ T:33,53g / Kw.tł.nas:8,92g/ W:385,07g/W tym cukier:57,87g/ sól:3,55g / Bł:18,14g /	E:1980,90kcal/ B:77,00g/ T:34,01g / Kw.tł.nas:8,92g/ W:337,87g/W tym cukier:35,79g/ sól:2,43g / Bł:25,18g /	E:2560,53kcal/ B:89,16g/ T:49,31g / Kw.tł.nas:16,68g/ W:439,97g/W tym cukier:79,17g/ sól:4,17g / Bł:18,04g /

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

19.03.2025 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) dżem 40g 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) dżem 40g 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) paprkarz warzywny 60g (6) 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) dżem 40g pomidor 100g 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 pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet schabowy 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszzonej 200g sok z woda 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet schabowy 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszzonej 200g sok z woda 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 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, 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, 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, wędliną i warzywami 200g (1-P76,1-P90.3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2193,46kcal/ B:88,01g/ T:59,01g / Kw.tł.nas:16,60g/ W:307,20g/W tym cukier:66,80g/ sól:4,02g / Bł:37,50g /	E:2287,22kcal/ B:95,98g/ T:73,97g / Kw.tł.nas:17,21g/ W:310,08g/W tym cukier:64,72g sól:3,41g / Bł:38,59g /	E:2199,01kcal/ B:93,70g/ T:80,37g / Kw.tł.nas:17,63g/ W:270,88g/W tym cukier:36,90g/ sól:3,01g / Bł:46,09g /	E:2318,46kcal/ B:93,01g/ T:59,01g / Kw.tł.nas:16,60g/ W:334,70g/W tym cukier:94,30g/ sól:4,02g / Bł:37,50g /

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

20.03.2025 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(1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 60g (6,7,9) ogórek zielony 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,5,6,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 60g (6,7,9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,5,6,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 60g (6,7,9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 60g (6,7,9) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 150g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajo gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajo gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajo gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajo gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2311,53kcal/ B:67,62g/ T:74,84g / Kw.tł.nas:13,43g/ W:265,68g/W tym cukier:62,08g/ sól:3,28g / Bł:19,22g /	E:2337,12kcal/ B:68,62g/ T:74,37g / Kw.tł.nas:13,27g/ W:275,28g/W tym cukier:64,48g sól:2,96 / Bł:20,82g /	E:2157,89kcal/ B:63,46g/ T:74,85g / Kw.tł.nas:13,27g/ W:228,08g/W tym cukier:42,40g/ sól;1,83g / Bł:27,86g /	E:2653,02kcal/ B:77,62g/ T:87,85g / Kw.tł.nas;16,03g/ W:313,68g/W tym cukier:68,38g sól;3,28g / Bł:19,22g /

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

21.03.2025 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) szynka biała 50g (6) serek wiejski 50g (7) szczypior 50g kakao 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) serek wiejski 50g (7) szczypior 50g kakao 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) serek wiejski 50g (7) szczypior 50g kakao 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) serek wiejski 50g (7) szczypior 50g kakao 300g (7)
II śniadanie:	Sok kubuś 300g	Sok kubuś 300g	Sok kubuś 300g	Sok kubuś 300g
Obiad:	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) szynka delikatesowa 50g (6) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) szynka delikatesowa 50g (6) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) szynka delikatesowa 50g (6) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) szynka delikatesowa 50g (6) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2355,65kcal/ B:112,23g/ T:58,29g / Kw.tł.nas:12,93g/ W:337,02g/W tym cukier:86,93g/ sól:5,26g / Bł:37,81g /	E:2246,65cal/ B:110,32g/ T:45,90g / Kw.tł.nas:12,39/ W:342,04g/W tym cukier:91,21g/ sól:4,92g / Bł:42,30g /	E:2127,43cal/ B:105,52g/ T:46,39g / Kw.tł.nas:12,39g/ W:309,85g/W tym cukier:84,13g/ sól:3,80g / Bł:49,34g /	E:2478,65kcal/ B:116,43g/ T:62,04g / Kw.tł.nas:15,33g/ W:359,97g/W tym cukier:86,93g/ sól:5,41g / Bł:37,81g /

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

22.03.2025 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) ser żółty 50g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g kawa zbożowa 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek 50g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g kawa zbożowa 250g (1-P76,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek 50g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g kawa zbożowa 250g (1-P76,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g kawa zbożowa 250g (1-P76,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
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) łazanki z białej kapusty 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) łazanki z białej kapusty 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1-P76,3,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem100g (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 szczypiorkiem100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2286,06kcal/ B:80,22g/ T:109,35g / Kw.tł.nas:12,05g/ W:295g/W tym cukier:37,27g/ sól;3,64g / Bł:29,01g /	E:2321,82kcal/ B:72,70g/ T:94,59g / Kw.tł.nas:13,34g/ W;352,05g/W tym cukier:43,70g/ sól;3,27g / Bł:37,98g /	E:2170,60kcal/ B:67,89g/ T:95,07g / Kw.tł.nas:13,34g/ W:311,85g/W tym cukier:28,62g/ sól:2,15g / Bł:45,02g /	E:2498,46kcal/ B:82,90g/ T:120,95g / Kw.tł.nas:17,25g/ W:319,00g/W tym cukier:50,87g sól;3,70g/ Bł;31,01g/

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

23.03.2025 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) szynka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g marchew opruszana z groszkiem 200g(1-P76) herbata ziołowa 250	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g marchew opruszana z groszkiem 200g (1-P76) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g marchew opruszana z groszkiem 200g(1-P76) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g marchew opruszana z groszkiem 200g(1-P76) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledz w pomidorach 60g (4) szczypior 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledz w pomidorach 60g (4) szczypior 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledz w pomidorach 60g (4) szczypior 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledz w pomidorach 60g (4) szczypior 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2296,14kcal/ B:90,33g/ T:64,22g / Kw.tł.nas:09,50g/ W:307,15g/W tym cukier:91,66g/ sól:10,30g / Bł:32,22g /	E:2321,74kcal/ B:90,97g/ T:63,74g / Kw.tł.nas:9,34g/ W:316,75g/W tym cukier:94,06g/ sól:9,98g / Bł:33,82g	E:2222,54kcal/ B:86,17g/ T:64,22g / Kw.tł.nas:9,34g/ W:289,55g/W tym cukier:91,98g/ sól:8,86 / Bł:40,86g /	E:2449,89kcal/ B:90,33g/ T:64,22g / Kw.tł.nas:9,50g/ W:343,15g/W tym cukier:91,66g/ sól:10,30g / Bł:32,22g /

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

24.03.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Zupa kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka 50g papryka świeża 100g (6) herbata 250g	chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka 50g (6) papryka świeża 100g 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) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Owsianka owocowa 100g (1-67,7)
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:2197,97kcal/ B:87,90g/ T:58,89g / Kw.tł.nas:6,04g/ W:336,06g/W tym cukier:64,34g/ sól;2,60g / Bł:40,13g /	E:2228,71kcal/ B:89,62g/ T:48,72g / Kw.tł.nas:4,97g/ W:364,88g/W tym cukier:66,16g/ sól:2,29g / Bł:42,84g /	E:2049,48kcal/ B:84,82g/ T:49,20g / Kw.tł.nas:4,97g/ W:317,68g/W tym cukier:44,08g/ sól;1,16g / Bł:49,88g /	E:2291,97kcal/ B:89,80g/ T:61,39g / Kw.tł.nas:7,64g/ W:351,06g/W tym cukier:74,04g/ sól:2,60g / Bł:41,33g /

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 E1-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>