

Jadłospis za okres od dnia 13.06.2025 do dnia 22.06.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych
w Bolesławcu

13.06.2025 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) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
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:2102,04kcal/ B:86,44g/ T:76,00g / Kw.tł.nas:13,44g/ W:272,78g/W tym cukier:35,94g/ sól:4,47g / Bł:28,39g /	E:2285,92kcal/ B:92,43g/ T:74,48g / Kw.tł.nas:16,39g/ W:314,70g/W tym cukier:37,03g/ sól:4,58g / Bł:36,53g /	E:2166,70kcal/ B:87,63g/ T:74,96g / Kw.tł.nas:16,39g/ W:282,50g/W tym cukier:29,95g/ sól:3,46g / Bł:43,57g /	E:2305,29kcal/ B:90,95g/ T:77,17g / Kw.tł.nas:13,76g/ W:314,79g/W tym cukier:43,30g/ sól:4,48g / Bł:30,86g /

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

14.06.2025 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 z łososia 50g (3,4,9,10) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ogórek zielony 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) pasztet drobiowy (6,7,9) ogórek zielony 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1-E1,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1-E1,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1-E1,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1-E1,9) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1-P76,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) kiwi 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) kiwi 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) kiwi 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) kiwi 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2331,01kcal/ B:78,72/ T:61,23g / Kw.tł.nas:9,46g/ W:365,44g/W tym cukier:64,63g/ sól:4,61g / Bł:28,23g /	E:2356,61kcal/ B:79,36g/ T:60,75g / Kw.tł.nas:9,30g/ W:375,04g/W tym cukier:67,03g/ sól:4,29g / Bł:29,83g /	E:2205,39kcal/ B:74,56g/ T:61,23g / Kw.tł.nas:9,30g/ W:334,84g/W tym cukier:52,26g/ sól:3,17g / Bł:36,87g /	E:2543,41kcal/ B:81,40g/ T:72,83g / Kw.tł.nas:14,66g/ W:389,44g/W tym cukier:78,23g sól:4,67g / Bł:30,23g /

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

15.06.2025 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) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek kiszony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
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:2255,00kcal/ B:72,54g/ T:53,69g / Kw.tł.nas:13,39g/ W:325,13g/W tym cukier:70,68g/ sól:4,14g / Bł:34,28g /	E:2280,60kcal/ B:73,18g/ T:53,21g / Kw.tł.nas:13,23g/ W:334,73g/W tym cukier:73,08g/ sól:3,82g / Bł:35,88g /	E:2101,36kcal/ B:68,38g/ T:53,69g / Kw.tł.nas:13,23g/ W:287,53g/W tym cukier:51,00g/ sól:2,70g / Bł:42,92g /	E:2394,50kcal/ B:74,34g/ T:57,29g / Kw.tł.nas:15,79g/ W:349,73g/W tym cukier:90,18g/ sól:4,24g / Bł:34,27g /

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

16.06.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 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) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (3) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2338,84kcal/ B:78,20g/ T:56,76g / Kw.tł.nas:7,70g/ W:364,98g/W tym cukier:81,93g/ sól:4,68g / Bł:23,99g /	E:2364,44kcal/ B:78,84g/ T:56,28g / Kw.tł.nas:7,54g/ W:374,58g/W tym cukier:84,33g/ sól:4,36g / Bł:25,59g /	E:2185,21cal/ B:74,04g/ T:56,76g / Kw.tł.nas:7,54g/ W:327,38g/W tym cukier:62,25g/ sól:3,24g / Bł:32,63g /	E:2630,84kcal/ B:88,20g/ T:69,76g / Kw.tł.nas:10,30/ W:412,98g/W tym cukier:88,23g/ sól:4,68g / Bł:23,99g /

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

17.06.2025 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	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) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1-P76,1-P90,3,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g 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) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g 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) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwki i jabłka 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2249,12kcal/ B:83,29g/ T:52,56g / Kw.tł.nas:12,20g/ W:369,98g/W tym cukier:54,77g/ sól:4,23g / Bł:50,60g /	E:2274,72kcal/ B:83,93g/ T:52,08g / Kw.tł.nas:12,04g/ W:379,58g/W tym cukier:57,17g sól:3,91g / Bł:52,20g /	E:2095,49kcal/ B:79,13g/ T:52,56g / Kw.tł.nas:12,04g/ W:332,38g/W tym cukier:35,09g/ sól:2,79g / Bł:59,24g /	E:2384,12kcal/ B:84,49g/ T:52,86g / Kw.tł.nas:12,29g/ W:399,68g/W tym cukier:83,27g sól:4,23g / Bł:53,90g /

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

18.06.2025 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 żółty 50g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g 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 (6) ogórek zielony 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 żółty 50g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony 100g 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 ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2383,24kcal/ B:102,15g/ T:67,36g / Kw.tł.nas:15,25g/ W:343,55g/W tym cukier:43,56g/ sól:5,62g / Bł:17,86g /	E:2346,84kcal/ B:98,19g/ T:61,38g / Kw.tł.nas:16,74g/ W:354,65g/W tym cukier:48,21g sól:5,34g / Bł:19,46g /	E:2162,63kcal/ B:95,19g/ T:61,86g / Kw.tł.nas:16,89g/ W:299,45g/W tym cukier:41,08g/ sól:4,23g / Bł:26,49g /	E:2626,24kcal/ B:110,15g/ T:72,11g / Kw.tł.nas:15,25g/ W:368,30g/W tym cukier:43,56g sól:5,62g / Bł:17,86g /

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

19.06.2025 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2173,30kcal/ B:99,59g/ T:69,51g / Kw.tł.nas:28,15g/ W:326,53g/W tym cukier:82,29g/ sól;5,42g / Bł:27,81g /	E:2198,90kcal/ B:100,23g/ T:69,03g / Kw.tł.nas:27,99g/ W:336,13g/W tym cukier:84,69g/ sól:5,10g / Bł:29,41g /	E:1937,67kcal/ B:95,03g/ T:67,91g / Kw.tł.nas:26,39g/ W:272,53g/W tym cukier:38,61g/ sól;3,78g / Bł:36,45g /	E:2262,30kcal/ B:100,59g/ T:69,61g / Kw.tł.nas:28,15g/ W:349,53g/W tym cukier:82,29g/ sól;5,42g / Bł:27,81g /

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

20.06.2025 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) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
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:2213,35kcal/ B:98,94g/ T:59,73g / Kw.tł.nas:13,28g/ W:251,72g/W tym cukier:80,97g/ sól:3,69g / Bł:30,71g /	E:2238,95kcal/ B:99,58g/ T:59,25g / Kw.tł.nas:13,12g/ W:261,32g/W tym cukier:83,37g/ sól:3,37g / Bł:32,31g /	E:2119,72kcal/ B:94,78g/ T:59,72g / Kw.tł.nas:13,12g/ W:229,12g/W tym cukier:76,29g/ sól:2,25g / Bł:39,35g /	E:2307,35kcal/ B:100,84g/ T:62,23g / Kw.tł.nas:14,88g/ W:266,72g/W tym cukier:90,67g sól:3,69g/ Bł:31,91g/

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

21.06.2026 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) marmolada 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) marmolada 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) marmolada 40g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) kiełbasa śląska 100g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) kiełbasa śląska 100g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) kiełbasa śląska 100g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) kiełbasa śląska 100g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2254,87kcal/ B:89,96g/ T:79,12g / Kw.tł.nas:13,35g/ W:299,58g/W tym cukier:48,99g/ sól:2,97g / Bł:25,87g /	E:2280,47kcal/ B:90,60g/ T:78,64g / Kw.tł.nas:13,19g/ W:309,18g/W tym cukier:51,39g/ sól:2,65g / Bł:27,46g	E:2184,45kcal/ B:88,94g/ T:80,34g / Kw.tł.nas:14,08g/ W:248,64g/W tym cukier:36,67g/ sól:2,13g / Bł:34,53g /	E:2379,87kcal/ B:94,96g/ T:79,12g / Kw.tł.nas:13,35g/ W:327,08g/W tym cukier:76,49g/ sól:2,97g / Bł:25,87g /

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

22.06.2025 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) paprykarz warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) paprykarz warzywny 60g (6) 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) paprykarz warzywny 60g (6) 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) papryrż warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ryżowa 300g (9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2253,50kcal/ B:80,80g/ T:85,25g / Kw.tł.nas:13,16g/ W:327,24g/W tym cukier:51,62g/ sól;4,72g / Bł:29,74g	E:2279,10cal/ B:81,44g/ T:84,77g / Kw.tł.nas:13,00g/ W:336,84g /W tym cukier:54,02g/ sól:4,40g / Bł:31,34g /	E:2099,86kcal/ B:76,64g/ T:85,25g / Kw.tł.nas:13,00g/ W:289,64g/W tym cukier:31,94g/ sól;3,28g / Bł:38,38g /	E:2445,50kcal/ B:91,60g/ T:91,70g / Kw.tł.nas:17,36g/ W:349,74g/W tym cukier:71,12g/ sól:4,83g / Bł:29,74g /

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>

