

Jadłospis za okres od dnia 23.06.2025 do dnia 02.07.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

23.06.2025 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) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1-P76,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2200,84kcal/ B:71,19g/ T:57,19g / Kw.tł.nas:12,43g/ W:322,19g/W tym cukier:67,28g/ sól:3,82g / Bł:28,39g /	E:2226,44kcal/ B:71,83g/ T:56,71g / Kw.tł.nas:12,27g/ W:331,79g/W tym cukier:69,68g/ sól:3,50g / Bł:29,99g /	E:2047,21kcal/ B:67,03g/ T:57,19g / Kw.tł.nas:12,27g/ W:284,59g/W tym cukier:47,60g/ sól:2,38g / Bł:37,03g /	E:2413,24kcal/ B:73,87g/ T:68,79g / Kw.tł.nas:17,63g/ W:346,19g/W tym cukier:80,88g/ sól:3,89g / Bł:30,39g /

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

24.06.2025 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) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 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) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 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) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 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) jajko gotowane 50g (3) 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 na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g 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 (3,4,9,10) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2362,69kcal/ B:71,46g/ T:69,89g / Kw.tł.nas:13,07g/ W;291,24g/W tym cukier:58,32g/ sól:3,69g / Bł:33,97g /	E:2388,29kcal/ B:72,10g/ T:69,41g / Kw.tł.nas:12,91g/ W;300,84g/W tym cukier:60,72g/ sól:3,37g / Bł:35,57g /	E:2209,05kcal/ B:67,30g/ T:69,89g / Kw.tł.nas:12,91g/ W;253,64g/W tym cukier:38,64g/ sól:2,25g / Bł:42,61g /	E:2502,19kcal/ B:73,26g/ T:73,49g / Kw.tł.nas:15,47g/ W;315,84g/W tym cukier:77,82g sól:3,79g / Bł:33,97g /

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

25.06.2025 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) szynka biała 50g (6) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser caprsi 50g (7) roszponka 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) ser capresi 50g (7) roszponka 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) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 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) rzodkiewka 100g 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) rzodkiewka 100g 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) rzodkiewka 100g 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) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2202,19kcal/ B:97,34g/ T:58,66g / Kw.tł.nas:11,03g/ W:355,27g/W tym cukier:44,52g/ sól:4,08g / Bł:40,47g /	E:2222,29kcal/ B:95,13g/ T:57,18g / Kw.tł.nas:15,42g/ W:368,62g/W tym cukier:51,42g/ sól:4,91g / Bł:42,07g /	E:2071,07kcal/ B:90,33g/ T:57,66g / Kw.tł.nas:15,42g/ W:328,42g/W tym cukier:36,34g/ sól:3,79g / Bł:49,11g /	E:2355,94kcal/ B:97,34g/ T:58,66g / Kw.tł.nas:11,03g/ W:391,27g/W tym cukier:44,52g/ sól:4,08g / Bł:40,47g /

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

26.06.2025 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2063,45kcal/ B:79,87g/ T:58,99g / Kw.tł.nas;5,09g/ W:313,52g/W tym cukier:58,43g/ sól;3,41g / Bł:30,86g /	E:2161,20kcal/ B:76,94g/ T:49,73g / Kw.tł.nas:4,73g/ W:369,07g/W tym cukier:62,61g/ sól:3,02g / Bł:39,83g /	E:1981,97cal/ B:72,14g/ T:50,21g / Kw.tł.nas:4,73g/ W:321,87g/W tym cukier:40,53g/ sól:1,90g / Bł:46,87g /	E:2489,45kcal/ B:87,87g/ T:74,29g / Kw.tł.nas;12,69/ W:378,02g/W tym cukier:82,13g/ sól:3,71g / Bł:32,36g /

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

27.06.2025 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) serek wiejski 100g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (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 kakao na mleku 300g (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 kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 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:2375,92kcal/ B:102,64g/ T:79,69g / Kw.tł.nas:12,64g/ W:311,75g/W tym cukier:50,64g/ sól;4,21g / Bł:28,49g /	E:2401,512kcal/ B:103,28g/ T:79,21g / Kw.tł.nas:12,48g/ W:321,35g/W tym cukier:53,04g sól:3,89g / Bł:30,09g /	E:2282,30kcal/ B:98,48g/ T:79,69g / Kw.tł.nas:12,48g/ W:289,15g/W tym cukier:45,96g/ sól;2,77g / Bł:37,13g /	E:2510,92kcal/ B:103,84g/ T:79,99g / Kw.tł.nas:12,73g/ W:341,45g/W tym cukier:79,14g sól;4,21g / Bł:31,79g /

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

28.06.2025 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) jajko gotowane 50g (3) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) humus 60g (6,11) 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) jajko gotowane 50g (3) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser oocowy 100g	Deser oocowy 100g
Obiad:	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 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
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2258,06kcal/ B:91,80g/ T:77,35g / Kw.tł.nas:24,87g/ W:339,28g/W tym cukier:51,57g/ sól:5,78g / Bł:33,16g /	E:2283,66kcal/ B:92,44g/ T:76,87g / Kw.tł.nas:24,71g/ W:348,88g/W tym cukier:53,97g sól:5,46g / Bł:34,76g /	E:2132,44kcal/ B:87,64g/ T:77,35g / Kw.tł.nas:24,71g/ W:308,68g/W tym cukier:38,89g/ sól:4,34g / Bł:41,80g /	E:2450,06kcal/ B:102,60g/ T:83,80g / Kw.tł.nas:29,06g/ W:361,78g/W tym cukier:71,07g sól:5,89g / Bł:33,16g /

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

29.06.2025 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 20g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2129,71kcal/ B:92,12g/ T:65,10g / Kw.tł.nas:17,28g/ W:298,80g/W tym cukier:62,09g/ sól;4,80g / Bł:27,40g /	E:2155,31kcal/ B:92,76g/ T:64,62g / Kw.tł.nas:17,12g/ W:308,40g/W tym cukier:64,49g/ sól:4,48g / Bł:29,00g /	E:1943,08cal/ B:89,76g/ T:65,10g / Kw.tł.nas:17,27g/ W:246,20g/W tym cukier:50,36g/ sól;3,37g / Bł:36,04g /	E:2254,71kcal/ B:97,12g/ T:65,10g / Kw.tł.nas:17,28g/ W:326,30g/W tym cukier:89,59g/ sól;4,80g / Bł:27,40g /

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

30.06.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 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) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 40g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2427,18kcal/ B:83,18g/ T:54,38g / Kw.tł.nas:8,73g/ W:395,96g/W tym cukier:96,67g/ sól;4,88g / Bł:25,91g /	E:2452,78kcal/ B:83,82g/ T:53,90g / Kw.tł.nas:8,57g/ W:405,56g/W tym cukier:99,07g/ sól;4,56g / Bł:27,51g /	E:2273,55kcal/ B:79,02g/ T:54,38g / Kw.tł.nas:8,57g/ W:358,36g/W tym cukier:76,99g/ sól:3,44g / Bł:34,55g /	E:2630,43kcal/ B:87,70g/ T:55,54g / Kw.tł.nas:9,04g/ W:437,97g/W tym cukier:104,03g sól;4,88g/ Bł:28,38g/

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

01.07.2025 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 razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g 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) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2107,57kcal/ B:74,01g/ T:55,99g / Kw.tł.nas:12,22g/ W:332,32g/W tym cukier:72,71g/ sól:5,49g / Bł:32,92g /	E:2376,57kcal/ B:94,27g/ T:69,94g / Kw.tł.nas:15,21g/ W:348,04g/W tym cukier:74,58g/ sól:3,16g / Bł:37,87g	E:2197,33kcal/ B:89,47g/ T:70,42g / Kw.tł.nas:15,21g/ W:300,84g/W tym cukier:52,50g/ sól;2,04g / Bł:44,91g /	E:2399,57kcal/ B:84,01g/ T:68,99g / Kw.tł.nas:14,82g/ W:380,32g/W tym cukier:79,01g/ sól:5,49g / Bł:32,92g /

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

02.07.2025 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka wędzona 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka wędzona 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka wędzona 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szynka wędzona 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej i ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej i ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser caprsi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser caprsi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2480,47kcal/ B:101,42g/ T:108,80g / Kw.tł.nas:22,10g/ W:293,09g/W tym cukier:64,16g/ sól:5,34g / Bł:33,99g	E:2506,07cal/ B:102,06g/ T:108,32g / Kw.tł.nas:21,94g/ W:302,69g /W tym cukier:66,56g/ sól:5,02g / Bł:35,59g /	E:2272,85kcal/ B:96,85g/ T:107,20g / Kw.tł.nas:20,34g/ W:246,09g/W tym cukier:27,48g/ sól:3,70g / Bł:42,63g /	E:2603,91kcal/ B:108,06g/ T:113,18g / Kw.tł.nas:22,10g/ W:306,07g/W tym cukier:65,16g/ sól:5,34g / Bł:33,99g /

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>

