

Jadłospis za okres od dnia 03.07.2025 do dnia 12.07.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych
w Bolesławcu

03.07.2025 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) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 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) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa ryżowa 300g (9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g rzodkiewka ze śmietaną 200g (7) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa 300g (9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g rzodkiewka ze śmietaną 200g (7) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa 300g (9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g rzodkiewka ze śmietaną 200g (7) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa 300g (9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza gryczana na sypko 200g rzodkiewka ze śmietaną 200g (7) sok z wodą 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:2138,19kcal/ B:73,45g/ T:56,00g / Kw.tł.nas:11,11g/ W:319,46g/W tym cukier:47,17g/ sól:3,85g / Bł:25,28g /	E:2163,79kcal/ B:74,09g/ T:55,52g / Kw.tł.nas:10,95g/ W:329,06g/W tym cukier:49,57g/ sól:3,53g / Bł:26,88g /	E:1984,56kcal/ B:69,29g/ T:56,00g / Kw.tł.nas:10,95g/ W:281,86g/W tym cukier:27,49g/ sól:2,41g / Bł:33,92g /	E:2277,69kcal/ B:75,25g/ T:59,60g / Kw.tł.nas:13,51g/ W:344,06g/W tym cukier:66,67g/ sól:3,95g / Bł:25,28g /

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

04.07.2025 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) twarożek kanapkowy 50g (7) dżem 40g roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) dżem 40g roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) dżem 40g roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) 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) 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:2212,63kcal/ B:86,79/ T:71,89g / Kw.tł.nas:10,35g/ W;308,35g/W tym cukier:92,66g/ sól;3,82g / Bł:29,20g /	E:2291,52kcal/ B:92,76g/ T:66,99g / Kw.tł.nas:13,06g/ W;335,92g/W tym cukier:95,62g/ sól:3,52g / Bł:32,46g /	E:2192,70kcal/ B:91,24g/ T:73,89g / Kw.tł.nas:15,36g/ W;292,12g/W tym cukier:74,99g/ sól;2,95g / Bł:39,06g /	E:2638,63kcal/ B:94,79g/ T:87,19g / Kw.tł.nas:17,95g/ W;372,85g/W tym cukier:116,36g sól:4,12g / Bł:30,70g /

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

05.07.2025 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) pomidor 100g 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) 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) jajko gotowane 50g (3) humus 60g (6,11) 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) jajko gotowane 50g (3) humus 60g (6,11) 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 barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2223,81kcal/ B:87,79g/ T:52,49g / Kw.tł.nas:22,13g/ W:393,96g/W tym cukier:68,20g/ sól:3,90g / Bł:26,24g /	E:2249,41kcal/ B:88,43g/ T:52,01g / Kw.tł.nas:21,97g/ W:403,56g/W tym cukier:70,60g/ sól:3,58g / Bł:27,84g /	E:2098,19kcal/ B:83,63g/ T:52,49g / Kw.tł.nas:21,97g/ W:363,36g/W tym cukier:55,52g/ sól:2,46g / Bł:34,88g /	E:2377,56kcal/ B:87,79g/ T:52,49g / Kw.tł.nas:22,13g/ W:429,96g/W tym cukier:68,20g/ sól:3,90g / Bł:26,24g /

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

06.07.2025 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) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) paprykrz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 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) ser capresi 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 capresi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2154,68kcal/ B:86,50g/ T:64,57g / Kw.tł.nas:10,09g/ W:305,73g/W tym cukier:52,88g/ sól:4,63g / Bł:27,23g /	E:2180,28kcal/ B:87,14g/ T:64,09g / Kw.tł.nas:9,93g/ W:315,34g/W tym cukier:55,28g/ sól:4,31g / Bł:28,83g /	E:2001,05cal/ B:82,34g/ T:64,57g / Kw.tł.nas:9,93g/ W:268,14g/W tym cukier:33,20g/ sól:3,19g / Bł:35,87g /	E:2346,68kcal/ B:97,30g/ T:71,02g / Kw.tł.nas:14,29g/ W:328,24g/W tym cukier:72,37g/ sól:4,73g / Bł:27,22g /

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

07.07.2025 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) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 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) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 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) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 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) sałatka rybna 60g (4,6) 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) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g 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 drobiowa 50g (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 dobiowa 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:2121,22kcal/ B:73,52g/ T:46,28g / Kw.tł.nas:10,32g/ W:322,51g/W tym cukier:64,21g/ sól;4,34g / Bł:25,63g /	E:2146,82kcal/ B:74,16g/ T:45,80g / Kw.tł.nas:10,16g/ W:332,11g/W tym cukier:66,61g sól:4,02g / Bł:27,23g /	E:1967,59kcal/ B:69,36g/ T:46,28g / Kw.tł.nas:10,16g/ W:284,91g/W tym cukier:44,53g/ sól;2,90g / Bł:34,27g /	E:2333,62kcal/ B:76,20g/ T:57,88g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:346,51g/W tym cukier:77,81g sól;4,40g / Bł:27,63g /

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

08.07.2025 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 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 (6) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2215,59kcal/ B:77,61g/ T:47,30g / Kw.tł.nas:13,03g/ W:304,51g/W tym cukier:59,77g/ sól:4,44g / Bł:28,61g /	E:2145,65kcal/ B:83,09g/ T:43,21g / Kw.tł.nas:12,25g/ W:380,11g/W tym cukier:62,32g sól:4,14g / Bł:34,14g /	E:1966,42kcal/ B:78,29g/ T:43,69g / Kw.tł.nas:12,25g/ W:332,91g/W tym cukier:40,24g/ sól:3,02g / Bł:41,18g /	E:2412,05kcal/ B:92,45g/ T:56,69g / Kw.tł.nas:15,01g/ W:418,51g/W tym cukier:66,22g sól:4,46g / Bł:32,54g /

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

09.07.2025 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) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata lodowa 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) szyneczka konserwowa 50g (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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata lodowa 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 makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
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:2385,92kcal/ B:98,96g/ T:100,13g / Kw.tł.nas:18,49g/ W:268,84g/W tym cukier:78,39g/ sól;4,31g / Bł:23,17g /	E:2411,52kcal/ B:99,60g/ T:99,65g / Kw.tł.nas:18,33g/ W:278,44g/W tym cukier:80,79g/ sól:3,99g / Bł:24,77g /	E:2178,30cal/ B:94,40g/ T:98,53g / Kw.tł.nas:16,73g/ W:221,84g/W tym cukier:41,71g/ sól;2,67g / Bł:31,81g /	E:2510,92kcal/ B:103,96g/ T:100,13g / Kw.tł.nas:18,49g/ W:296,34g/W tym cukier:105,89g/ sól;4,31g / Bł:23,17g /

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

10.07.2025 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż paraboliczny na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) papryka 100g herbata 250g	Ryż paraboliczny na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) papryka 100g herbata 250g	Ryż paraboliczny na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) papryka 100g herbata 250g	Ryż paraboliczny na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa ogoórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) 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) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 200 (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2181,42kcal/ B;84,14g/ T:65,73g / Kw.tł.nas:8,07g/ W:314,01g/W tym cukier:63,90g/ sól;3,69g / Bł:36,77g /	E:2217,18kcal/ B:76,61g/ T:50,97g / Kw.tł.nas:9,37g/ W;371,06g/W tym cukier:70,33g/ sól;3,32g / Bł:45,74g /	E:2037,94kcal/ B:71,81g/ T;51,45g / Kw.tł.nas:9,37g/ W:323,86g/W tym cukier:48,25g/ sól;2,20g / Bł:52,78g /	E:2384,67kcal/ B:88,65g/ T:66,90g / Kw.tł.nas:8,39g/ W:356,02g/W tym cukier:71,26g sól;3,69g/ Bł;39,24g/

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

11.07.2025 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) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (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 kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g sok z wodą 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g 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) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2099,62kcal/ B:81,46g/ T:67,06g / Kw.tł.nas:19,02g/ W:271,67g/W tym cukier:33,00g/ sól:5,69g / Bł:37,95g /	E:2157,11kcal/ B:96,41g/ T:56,52g / Kw.tł.nas:16,22g/ W:295,81g/W tym cukier:33,48g/ sól:3,31g / Bł:45,81g	E:2077,91kcal/ B:91,61g/ T:57,00g / Kw.tł.nas:16,22g/ W:273,61g/W tym cukier:36,40g/ sól;2,19g / Bł:52,85g /	E:2342,62kcal/ B:89,46g/ T:71,81g / Kw.tł.nas:19,02g/ W:296,42g/W tym cukier:33,00g/ sól:5,69g / Bł:37,95g /

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

12.07.2025 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 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 krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2336,05kcal/ B:86,96g/ T:76,65g / Kw.tł.nas:14,79g/ W:363,93g/W tym cukier:53,96g/ sól:6,30g / Bł:31,04g	E:2361,65cal/ B:87,60g/ T:76,17g / Kw.tł.nas:14,62g/ W:373,53g /W tym cukier:56,36g/ sól:5,98g / Bł:32,64g /	E:2210,43kcal/ B:82,80g/ T:76,65g / Kw.tł.nas:14,63g/ W:333,33g/W tym cukier:41,28g/ sól:4,86g / Bł:39,68g /	E:2471,05kcal/ B:88,16g/ T:76,95g / Kw.tł.nas:14,88g/ W:393,63g/W tym cukier:82,46g/ sól:6,30g / Bł:34,33g /

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>

