

Jadłospis za okres od dnia 13.07.2025 do dnia 22.07.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

13.07.2025 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) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1-P76,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2145,84kcal/ B:81,72g/ T:59,04g / Kw.tł.nas:18,90g/ W:341,03g/W tym cukier:100,23g/ sól:4,05g / Bł:46,99g /	E:2171,44kcal/ B:82,36g/ T:58,56g / Kw.tł.nas:18,74g/ W:350,63g/W tym cukier:102,63g/ sól:3,73g / Bł:48,59g /	E:1992,21kcal/ B:77,56g/ T:59,04g / Kw.tł.nas:18,74g/ W:303,43g/W tym cukier:80,55g/ sól:2,61g / Bł:55,63g /	E:2358,24kcal/ B:84,40g/ T:70,64g / Kw.tł.nas:24,10g/ W:365,03g/W tym cukier:113,83g/ sól:4,11g / Bł:48,99g /

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

14.07.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	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) papryka 100g 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) 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) szynka biała 50g (6) 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) szynka biała 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet schabowy panierowany 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet schabowy panierowany 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 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) sałata zielona 50g 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) sałata zielona 50g 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) sałata zielona 50g 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) sałata zielona herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2243,16kcal/ B:86,14g/ T:57,51g / Kw.tł.nas:8,87g/ W:329,36g/W tym cukier:67,58g/ sól:4,37g / Bł:34,94g /	E:2254,87kcal/ B:94,96g/ T:63,24g / Kw.tł.nas:9,41g/ W:330,57g/W tym cukier:69,84g/ sól:3,75g / Bł:35,93g /	E:2075,63kcal/ B:90,16g/ T:63,72g / Kw.tł.nas:9,41g/ W:283,37g/W tym cukier:47,76g/ sól:2,63g / Bł:42,97g /	E:2435,16kcal/ B:96,94g/ T:63,96g / Kw.tł.nas:13,07g/ W:351,86g/W tym cukier:87,08g sól:4,47g / Bł:34,94g /

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

15.07.2025 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 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) humus 60g (6,11) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzyniach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
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 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:2425,47kcal/ B:90,94g/ T:77,21g / Kw.tł.nas:19,70g/ W:342,84g/W tym cukier:49,27g/ sól:4,29g / Bł:31,33g /	E:2451,07kcal/ B:91,58g/ T:76,73g / Kw.tł.nas:19,54g/ W:352,44g/W tym cukier:51,67g/ sól:3,97g / Bł:32,93g /	E:2271,84kcal/ B:86,78g/ T:77,21g / Kw.tł.nas:19,54g/ W:305,24g/W tym cukier:29,59g/ sól:2,85g / Bł:39,97g /	E:2550,47kcal/ B:95,94g/ T:77,21g / Kw.tł.nas:19,70g/ W:370,34g/W tym cukier:76,77g/ sól:4,29g / Bł:31,33g /

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

16.07.2025 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) połędwica sopoka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopoka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopoka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopoka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g 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 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:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ogórek zielony 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) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia (3,4,9,10) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2372,41kcal/ B:84,99g/ T:66,84g / Kw.tł.nas;10,20g/ W:398,05g/W tym cukier:68,68g/ sól;4,49 / Bł:21,44g /	E:2398,00kcal/ B:85,64g/ T:66,36g / Kw.tł.nas:10,03g/ W:407,65g/W tym cukier:71,08g/ sól:4,17g / Bł:23,04g /	E:2164,79cal/ B:80,43g/ T:65,24g / Kw.tł.nas:8,43g/ W:351,05g/W tym cukier:32,00g/ sól:2,85g / Bł:30,08g /	E:2434,41kcal/ B:84,99g/ T:66,84g / Kw.tł.nas;10,20g/ W:411,05g/W tym cukier:79,68g/ sól:4,49g / Bł:24,64g /

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

17.07.2025 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 jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1-P76,3,6,10) sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2301,56kcal/ B:76,70g/ T:53,55g / Kw.tł.nas:7,88g/ W:337,15g/W tym cukier:61,41g/ sól;3,73g / Bł:22,22g /	E:2226,89kcal/ B:67,14g/ T:51,72g / Kw.tł.nas:8,47g/ W:331,40g/W tym cukier:49,30g sól:3,03g / Bł:18,75g /	E:2047,66kcal/ B:62,34g/ T:52,20g / Kw.tł.nas:8,47g/ W:284,20g/W tym cukier:27,22g/ sól;1,91g / Bł:25,79g /	E:2627,29kcal/ B:74,50g/ T:67,50g / Kw.tł.nas:16,23g/ W:386,30g/W tym cukier:70,60g sól;3,65g / Bł:18,65g /

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

18.07.2025 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) twarożek kanapkowy 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) twarożek kanapkowy 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser żółty 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos koperkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos koperkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos koperkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos koperkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2456,47kcal/ B:100,59g/ T:100,95g / Kw.tł.nas:13,45g/ W:293,35g/W tym cukier:35,16g/ sól:6,20g / Bł:40,53g /	E:2420,07kcal/ B:96,63g/ T:94,97g / Kw.tł.nas:14,94g/ W:304,45g/W tym cukier:39,81g sól:5,92g / Bł:42,13g /	E:2267,85kcal/ B:93,63g/ T:95,45g / Kw.tł.nas:15,09g/ W:257,25g/W tym cukier:40,68g/ sól:4,81g / Bł:49,17g /	E:2610,22kcal/ B:100,59g/ T:100,95g / Kw.tł.nas:13,45g/ W:329,35g/W tym cukier:35,16g sól:6,20g / Bł:40,53g /

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

19.07.2025 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) ser mozzarella 60g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) 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 drobiowy 50g (6,7,9) 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) 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 jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
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:2148,69kcal/ B:79,75g/ T:81,72g / Kw.tł.nas:16,50g/ W:274,49g/W tym cukier:64,53g/ sól;4,68g / Bł:37,35g /	E:2332,57kcal/ B:85,74g/ T:80,19g / Kw.tł.nas:19,45g/ W:316,41g/W tym cukier:65,62g/ sól:4,78g / Bł:45,49g /	E:2181,35cal/ B:80,94g/ T:80,67g / Kw.tł.nas:19,44g/ W:276,21g/W tym cukier:50,54g/ sól;3,66g / Bł:52,53g /	E:2283,69kcal/ B:80,95g/ T:82,02g / Kw.tł.nas:16,59g/ W:304,19g/W tym cukier:93,03g/ sól;4,68g / Bł:40,65g /

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

20.07.2025 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) szynka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 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 drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P76,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dzem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szcypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szcypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szcypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szcypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2092,53kcal/ B:77,82g/ T:50,57g / Kw.tł.nas:21,44g/ W:282,30g/W tym cukier:63,34g/ sól;4,16g / Bł:25,99g /	E:2118,13kcal/ B:78,46g/ T:50,09g / Kw.tł.nas:21,28g/ W:291,90g/W tym cukier:65,74g/ sól;3,84g / Bł:27,59g /	E:1938,89kcal/ B:73,66g/ T:50,57g / Kw.tł.nas:21,28g/ W:244,70g/W tym cukier:43,66g/ sól:2,72g / Bł:34,63g /	E:2295,78kcal/ B:82,34g/ T:51,73g / Kw.tł.nas:21,75g/ W:324,31g/W tym cukier:70,70g sól;4,16g/ Bł:28,46g/

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

21.07.2025 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 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) papryka 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) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) kotlet z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) kotlet z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) kotlet z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) kotlet z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 250g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2322,05kcal/ B:96,12g/ T:73,68g / Kw.tł.nas:18,93g/ W:316,35g/W tym cukier:76,02g/ sól:5,31g / Bł:27,84g /	E:2347,65kcal/ B:96,76g/ T:73,20g / Kw.tł.nas:18,77g/ W:325,95g/W tym cukier:78,42g/ sól:4,99g / Bł:29,44g	E:2168,42kcal/ B:91,96g/ T:73,68g / Kw.tł.nas:18,77g/ W:278,75g/W tym cukier:56,34g/ sól:3,87g / Bł:36,48g /	E:2445,05kcal/ B:100,32g/ T:77,43g / Kw.tł.nas:21,33g/ W:339,30g/W tym cukier:76,02g/ sól:5,46g / Bł:27,84g /

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

22.07.2025 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza mnna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g 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) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ryż paraboliczny na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ryż paraboliczny na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ryż paraboliczny na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ryż paraboliczny na sypko 200g 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) 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:2314,73kcal/ B:85,52g/ T:49,79g / Kw.tł.nas:5,83g/ W:422,11g/W tym cukier:70,10g/ sól:3,52g / Bł:45,38g	E:2340,33cal/ B:86,16g/ T:49,31g / Kw.tł.nas:5,67g/ W:431,71g /W tym cukier:72,50g/ sól:3,20g / Bł:46,98g /	E:2207,01kcal/ B:87,49g/ T:54,56g / Kw.tł.nas:7,17g/ W:380,81g/W tym cukier:46,42g/ sól:2,08g / Bł:53,58g /	E:2606,73kcal/ B:95,52g/ T:62,79g / Kw.tł.nas:8,43g/ W:470,11g/W tym cukier:76,40g/ sól:3,52g / Bł:45,38g /

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>

