

Jadłospis za okres od dnia 01.10.2025 do dnia 10.10.2025 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

01.10.2025 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) jajko gotowane 50g (3) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,9)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-90,9)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-90,9)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,9)
II śniadanie:	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 100g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 100g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 100g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 100g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z marchwi i jabłka 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
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) szczypiorek 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) szczypiorek 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) szczypiorek 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) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2378,98kcal/ B:109,82g/ T:84,26g / Kw.tł.nas:9,73g/ W:316,39g/W tym cukier:32,63g/ sól:8,22g / Bł:43,94g /	E:2404,58kcal/ B:110,46g/ T:83,78g / Kw.tł.nas:9,57g/ W:325,99g/W tym cukier:35,03g/ sól:7,90g / Bł:45,54g /	E:2253,36kcal/ B:105,66g/ T:84,26g / Kw.tł.nas:9,57g/ W:285,79g/W tym cukier:19,95g/ sól:6,78g / Bł:52,58g /	E:2467,98kcal/ B:110,82g/ T:84,36g / Kw.tł.nas:9,73g/ W:339,39g/W tym cukier:32,63g/ sól:8,22g / Bł:43,94g /

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

02.10.2025 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) dżem 40g papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 80g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g 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) śledź w pomidorach 60g (4) 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) dżem 40g papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ryż na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ryż na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ryż na sypko 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1-P76,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ryż 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2208,96kcal/ B:66,43g/ T:65,05g / Kw.tł.nas:8,45g/ W:345,35g/W tym cukier:64,09g/ sól:3,59g / Bł:35,49g /	E:2220,24kcal/ B:67,40g/ T:58,32g / Kw.tł.nas:9,77g/ W:362,46g/W tym cukier:66,47g/ sól:3,29g / Bł:37,29g /	E:2048,80kcal/ B:69,08g/ T:62,50g / Kw.tł.nas:10,97g/ W:303,96g/W tym cukier:32,19g/ sól:2,77g / Bł:43,89g /	E:2500,96kcal/ B:76,43g/ T:78,05g / Kw.tł.nas:11,05g / W:393,35g/W tym cukier:70,39g sól:3,59g / Bł:35,49g /

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

03.10.2025 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) szynka biała 50g (6) pomidor 100g 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) szynka biała 50g (6) pomidor bez skórki 100g 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) szynka biała 50g (6) pomidor bez skórki 100g 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) szynka biała 50g (6) pomidor 100g 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 ryżowa 300g (9) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos koperkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos koperkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) ryba smażona panierowana 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówkakapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2466,53kcal/ B:93,17g/ T:105,72g / Kw.tł.nas:13,94g/ W:287,34g/W tym cukier:60,93g/ sól:4,65g / Bł:28,37g /	E:2403,52kcal/ B:91,43g/ T:93,51g / Kw.tł.nas:14,29g/ W:304,74g/W tym cukier:63,20g/ sól:7,08g / Bł:30,96g /	E:2251,31kcal/ B:88,43g/ T:93,99g / Kw.tł.nas:14,44g/ W:257,54g/W tym cukier:64,07g/ sól:5,98g / Bł:38,00g /	E:2591,53kcal/ B:98,17g/ T:105,72g / Kw.tł.nas:13,93g/ W:314,83g W tym cukier:88,43g/ sól:4,65g / Bł:28,37g /

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

04.10.2025 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) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) paprykarz warzywny 60g (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) ser mozzarella 60g (7) paprykarz warzywny 60g (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 mozzarella 60g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Derser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 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-E1,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) łazanki z kapusty białej 350g (1-P76,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2238,73kcal/ B:79,26g/ T:78,86g / Kw.tł.nas:11,76g/ W:290,03g/W tym cukier:47,30g/ sól:3,79g / Bł:32,67g /	E:2336,49kcal/ B:76,33g/ T:69,60g / Kw.tł.nas:11,40g/ W:345,58g/W tym cukier:51,48g/ sól:3,40g / Bł:41,64g /	E:2185,27kcal/ B:71,53g/ T:70,08g / Kw.tł.nas:11,40g/ W:305,38g/W tym cukier:36,40g/ sól:2,28g / Bł:48,68g /	E:2313,73kcal/ B:79,86g/ T:80,36g / Kw.tł.nas:11,82g/ W:308,03g/W tym cukier:47,30g/ sól:3,79g / Bł:32,67g /

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

05.10.2025 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 z łososia 50g (3,4,9,10) ser capresi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ser capresi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ser capresi 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ser capresi 50g (7) szczypiorek 50g 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 barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2389,41kcal/ B:92,82g/ T:81,93g / Kw.tł.nas:18,19g/ W:290,62g/W tym cukier:66,23g/ sól;5,71g / Bł:29,79g /	E:2415,01kcal/ B:93,46g/ T:81,45g / Kw.tł.nas:18,03g/ W:300,22g/W tym cukier:68,63g sól:5,39g / Bł:31,39g /	E:2235,78kcal/ B:88,66g/ T:81,93g / Kw.tł.nas:18,03g/ W:253,02g/W tym cukier:46,55g/ sól;4,27g / Bł:38,43g /	E:2524,41kcal/ B:94,02g/ T:82,23g / Kw.tł.nas:18,28g/ W:320,32g/W tym cukier:94,73g sól;5,71g / Bł:33,09g /

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

06.10.2025 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 jaglane na mleku 300g (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 jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g 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) papryka 100g 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) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) kotlet schabowy panierowany 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) kotlet schabowy panierowany 100g (1-P76,3) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) 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) 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:2109,23kcal/ B:86,52g/ T:41,98g / Kw.tł.nas:8,75g/ W:308,53g/W tym cukier:47,50g/ sól:3,46g / Bł:35,16g /	E:2120,94kcal/ B:95,34g/ T:47,71g / Kw.tł.nas:9,28g/ W:309,74g/W tym cukier:49,76g sól:2,84g / Bł:36,15g /	E:2011,91kcal/ B:92,25g/ T:48,61g / Kw.tł.nas:9,37g/ W:276,34g/W tym cukier:28,16g/ sól:1,87g / Bł:45,71g /	E:2262,98kcal/ B:86,52g/ T:41,98g / Kw.tł.nas:8,75g/ W:344,53g/W tym cukier:47,50g sól:3,46g / Bł:35,16g /

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

07.10.2025 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) 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) jajko gotowane 50g (3) 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) jajko gotowane 50g (3) 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) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g 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) ryż paraboliczny na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2287,96kcal/ B:78,62g/ T:53,00g / Kw.tł.nas:12,50g/ W:365,04g/W tym cukier:68,65g/ sól;3,30g / Bł:27,13g /	E:2102,90kcal/ B:76,41g/ T:42,17g / Kw.tł.nas:12,39g/ W:364,65g/W tym cukier:71,20g/ sól:2,98g / Bł:27,46g /	E:2017,27kcal/ B:73,89g/ T:43,20g / Kw.tł.nas:12,51g/ W:335,85g/W tym cukier:49,76g/ sól;2,06g / Bł:37,86g /	E:2427,46kcal/ B:80,42g/ T:56,60g / Kw.tł.nas:14,90g/ W:389,64g/W tym cukier:88,15g/ sól;3,40g / Bł:27,13g /

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

08.10.2025 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) sałatka rybna 60g (4,6) 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) sałatka rybna 60g (4,6) 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) sałatka rybna 60g (4,6) 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) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
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) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1-P76,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (1-P76,7)
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 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2290,51kcal/ B;92,99g/ T:53,19g / Kw.tł.nas:10,66g/ W:354,60g/W tym cukier:74,40g/ sól;5,82g / Bł:20,08g /	E:2209,67kcal/ B:75,41g/ T:63,35g / Kw.tł.nas:12,70g/ W;331,69g/W tym cukier:73,54g/ sól;5,53g / Bł:21,28g /	E:2058,45kcal/ B:70,61g/ T;63,83g / Kw.tł.nas:12,70g/ W:291,49g/W tym cukier:58,46g/ sól:4,41g / Bł:28,32g /	E:2533,51kcal/ B:100,99g/ T:57,94g / Kw.tł.nas:10,66g/ W:379,35g/W tym cukier:74,40g sól;5,82g/ Bł;20,08g/

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

09.10.2025 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 razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) rzodkiewka 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) rzodkiewka 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) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) marchew oprószana z groszkiem 200g (1-P76) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
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 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2236,55kcal/ B:91,57g/ T:52,23g / Kw.tł.nas:15,93g/ W:408,76g/W tym cukier:60,14g/ sól:4,50g / Bł:57,02g /	E:2262,15kcal/ B:92,21g/ T:51,75g / Kw.tł.nas:15,77g/ W:418,36g/W tym cukier:62,54g/ sól:4,18g / Bł:58,62g	E:2082,91kcal/ B:87,41g/ T:52,23g / Kw.tł.nas:15,77g/ W:371,16g/W tym cukier:40,46g/ sól;3,06g / Bł:65,66g /	E:2359,55kcal/ B:95,77g/ T:55,98g / Kw.tł.nas:18,33g/ W:431,71g/W tym cukier:60,14g/ sól:4,65g / Bł:57,02g /

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

10.10.2025 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) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) humus 60g (6,11) 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) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa makaronowa 300g (1-P76,3,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2013,75kcal/ B:79,38g/ T:82,65g / Kw.tł.nas:23,93g/ W:248,09g/W tym cukier:37,33g/ sól;5,89g / Bł:22,27g	E:2367,08kcal/ B:107,51g/ T:84,55g / Kw.tł.nas:30,15g/ W:300,80g /W tym cukier:50,13g/ sól:4,21g / Bł:28,50g /	E:2247,86kcal/ B:102,71g/ T:85,03g / Kw.tł.nas:30,15g/ W:268,60g/W tym cukier:43,05g/ sól;3,09g / Bł:35,54g /	E:2439,75kcal/ B:87,38g/ T:97,95g / Kw.tł.nas:31,53g/ W:312,59g/W tym cukier:61,03g/ sól:6,19g / Bł:23,77g /

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>

