

Jadłospis za okres od dnia 30.12.2025 do dnia 08.01.2026 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

30.12.2025 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 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300g (1-E1,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300g (1-E1,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300g (1-E1,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300g (1-E1,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (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) 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) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2394,74kcal/ B:71,72g/ T:58,06g / Kw.tł.nas:9,73g/ W:370,83g/W tym cukier:47,21g/ sól;3,16g / Bł:30,36g /	E:2210,72kcal/ B:76,70g/ T:46,93g / Kw.tł.nas:9,45g/ W:367,52g/W tym cukier:49,76g/ sól;2,86g / Bł:31,89g /	E:2031,48kcal/ B:71,90g/ T:47,41g / Kw.tł.nas;9,45g/ W:320,32g/W tym cukier:27,68g/ sól:1,74g / Bł:38,93g /	E:2397,52kcal/ B:78,74g/ T:59,01g / Kw.tł.nas:14,81g/ W:381,92g/W tym cukier:60,96g/ sól;3,25g / Bł:32,29g /

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

31.12.2025 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 mozzarella 60g (7) mus z jabłek 100g 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) mus z jabłek 100g 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) mus z jabłek 100g 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) mus z jabłek 100g pomidor 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 brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos koperkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos koperkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos koperkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos koperkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 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 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:2459,33kcal/ B:104,57g/ T:80,53g / Kw.tł.nas:19,65g/ W:351,23g/W tym cukier:62,26g/ sól:8,07g / Bł:46,02g /	E:2484,93kcal/ B:105,21g/ T:80,05g / Kw.tł.nas:19,49g/ W:360,83g/W tym cukier:64,66g/ sól:7,75g / Bł:47,62g /	E:2333,71kcal/ B:100,41g/ T:80,53g / Kw.tł.nas:19,49g/ W:320,63g/W tym cukier:49,58g/ sól:6,63g / Bł:54,66g /	E:2651,33kcal/ B:115,37g/ T:86,98g / Kw.tł.nas:23,85g / W:373,73g/W tym cukier:81,76g sól:8,18g / Bł:46,02g /

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

01.01.2026 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2315,89kcal/ B:85,34g/ T:83,82g / Kw.tł.nas:13,05g/ W:343,01g/W tym cukier:68,46g/ sól:10,00g / Bł:29,08g /	E:2341,49kcal/ B:85,98g/ T:83,34g / Kw.tł.nas:12,89g/ W:352,61g/W tym cukier:70,86g/ sól;9,68g / Bł:30,68g /	E:2162,25kcal/ B:81,18g/ T:83,82g / Kw.tł.nas:12,89g/ W:305,41g/W tym cukier:48,78g/ sól;8,56g / Bł:37,72g /	E:2469,64kcal/ B:85,34g/ T:83,82g / Kw.tł.nas:13,05g/ W:379,01g W tym cukier:68,46g/ sól:10,00g / Bł:29,08g /

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

02.01.2026 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) ogonówka 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) jabłko 150g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) jabłko 150g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) jabłko 150g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) jabłko 150g kakao na mleku 300g (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 barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel owocowy 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel owocowy 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kisiel owocowy 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) naleśniki z serem i marmoladą 300g (1-P76,3,7) kisiel owocowy 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2251,03kcal/ B:83,07g/ T:47,79g / Kw.tł.nas:12,08g/ W:371,28g/W tym cukier:52,76g/ sól:4,64g / Bł:20,79g /	E:2255,53kcal/ B:83,27g/ T:46,31g / Kw.tł.nas:11,85g/ W:378,38g/W tym cukier:54,95g/ sól:4,20g / Bł:22,24g /	E:2157,41kcal/ B:78,91g/ T:47,79g / Kw.tł.nas:11,92g/ W:348,68g/W tym cukier:48,08g/ sól:3,20g / Bł:29,43g /	E:2388,13kcal/ B:92,11g/ T:56,89g / Kw.tł.nas:13,13g/ W:375,93g/W tym cukier:97,87g/ sól:4,69g / Bł:22,24g /

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

03.01.2026 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka konserwowa 50g (6) szczypior 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka konserwowa 50g (6) szczypior 50g 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) szyneczka konserwowa 50g (6) szczypior 50g 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) szyneczka konserwowa 50g (6) szczypior 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle ryżowe 45g dżem 20g
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) ogórek kiszony 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) ogórek kiszony bez skórki 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) ogórek kiszony bez skórki 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) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2027,27kcal/ B:83,56g/ T:72,96g / Kw.tł.nas:11,55g/ W:264,38g/W tym cukier:38,30g/ sól;3,86g / Bł:28,25g /	E:2211,15kcal/ B:89,55g/ T:71,43g / Kw.tł.nas:14,50g/ W:306,30g/W tym cukier:39,39g sól:3,96g / Bł:36,39g /	E:2026,93kcal/ B:86,55g/ T:71,91g / Kw.tł.nas:14,65g/ W:251,10g/W tym cukier:32,26g/ sól;2,86g / Bł:43,43g /	E:2230,52kcal/ B:88,07g/ T:74,12g / Kw.tł.nas:11,86g/ W:306,39g/W tym cukier:45,66g sól;3,86g / Bł:30,72g /

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

04.01.2026 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) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g buraczki po włosku (12) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g buraczki po włosku (12) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g buraczki po włosku (12) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ziemniaki 200g buraczki po włosku (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2228,64kcal/ B:91,51g/ T:77,83g / Kw.tł.nas:8,87g/ W:335,18g /W tym cukier:99,49g/ sól:3,74g / Bł:40,03g /	E:2254,24kcal/ B:92,15g/ T:77,35g / Kw.tł.nas:8,71g/ W:344,78g/W tym cukier:101,89g sól:3,42g / Bł:41,63g /	E:2075,00kcal/ B:87,35g/ T:77,83g / Kw.tł.nas:8,71g/ W:297,58g/W tym cukier:79,81g/ sól:2,30g / Bł:48,67g /	E:2290,64kcal/ B:91,51g/ T:77,83g / Kw.tł.nas:8,87g/ W:348,18g/W tym cukier:110,49g sól:3,74g / Bł:43,23g /

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

05.01.2026 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 manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1-P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 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) sałatka rybna 60g (4,6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (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:2460,02kcal/ B:92,62g/ T:51,38g / Kw.tł.nas:11,11g/ W:405,53g/W tym cukier:76,87g/ sól;4,43g / Bł:35,90g /	E:2485,62kcal/ B:93,26g/ T:50,90g / Kw.tł.nas:10,95g/ W:415,13g/W tym cukier:79,27g/ sól:4,11g / Bł:37,50g /	E:2306,39kcal/ B:88,46g/ T:51,38g / Kw.tł.nas:10,95g/ W:367,93g/W tym cukier:57,19g/ sól;2,99g / Bł:44,54g /	E:2599,52kcal/ B:94,42g/ T:54,98g / Kw.tł.nas:13,51g/ W:430,13g/W tym cukier:96,37g/ sól;4,54g / Bł:35,90g /

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

06.01.2026 wtorek				
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 wędzona 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) surówka z ogórka kiszzonego 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidory 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidory bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidory bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidory 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2208,41kcal/ B:100,62g/ T:68,90g / Kw.tł.nas:28,79g/ W:325,57g/W tym cukier:93,11g/ sól:5,29g / Bł:33,46g /	E:2234,01kcal/ B:101,26g/ T:68,42g / Kw.tł.nas:28,63g/ W:335,17g/W tym cukier:95,51g/ sól:4,97g / Bł:35,06g /	E:1972,77kcal/ B:96,06g/ T:67,30g / Kw.tł.nas:27,03g/ W:271,57g/W tym cukier:49,43g/ sól:3,65g / Bł:42,10g /	E:2333,41kcal/ B:105,62g/ T:68,90g / Kw.tł.nas:28,79g/ W:353,07g/W tym cukier:120,61g sól:5,29g/ Bł:33,46g/

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

07.01.2026 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) serek wiejski 100g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) serek wiejski 100g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) serek wiejski 100g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony 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 koperkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) 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) szynka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2035,38kcal/ B:75,03g/ T:56,34g / Kw.tł.nas:13,96g/ W:261,27g/W tym cukier:49,06g/ sól:5,78g / Bł:26,95g /	E:2416,81kcal/ B:101,08g/ T:59,48g / Kw.tł.nas:14,25g/ W:322,27g/W tym cukier:60,46g/ sól:4,05g / Bł:36,18g	E:2265,59kcal/ B:96,28g/ T:59,96g / Kw.tł.nas:14,25g/ W:282,07g/W tym cukier:45,38g/ sól;2,93g / Bł:43,22g /	E:2461,38kcal/ B:83,03g/ T:71,64g / Kw.tł.nas:21,56g/ W:325,77g/W tym cukier:72,76g/ sól:6,08g / Bł:28,45g /

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

08.01.2026 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) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek 50g (7) 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) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
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) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ryż paraboliczny na sypko 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2456,83kcal/ B:88,15g/ T:59,56g / Kw.tł.nas:10,23g/ W:377,08g/W tym cukier:92,45g/ sól;4,49g / Bł:28,52g	E:2420,43kcal/ B:84,19g/ T:53,58g / Kw.tł.nas:11,72g/ W:388,18g /W tym cukier:97,10g/ sól:4,21g / Bł:30,12g /	E:2241,20kcal/ B:79,39g/ T:54,06g / Kw.tł.nas:11,72g/ W:340,98g/W tym cukier:75,02g/ sól;3,09g / Bł:37,16g /	E:2550,83kcal/ B:90,05g/ T:62,06g / Kw.tł.nas:11,83g/ W:392,08g/W tym cukier:102,15g/ sól:4,49g / Bł:29,72g /

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>

