

Jadłospis za okres od dnia 19.01.2026 do dnia 28.01.2026 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

19.01.2026 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2022,44kcal/ B:82,71g/ T:48,88g / Kw.tł.nas:8,75g/ W:338,77g/W tym cukier:54,26g/ sól:3,33g / Bł:46,23g /	E:2041,64kcal/ B:83,19g/ T:48,52g / Kw.tł.nas:8,63g/ W:345,97g/W tym cukier:56,06g/ sól:3,09g / Bł:47,43g /	E:1934,01kcal/ B:80,73g/ T:49,16g / Kw.tł.nas:8,69g/ W:314,77g/W tym cukier:34,82g/ sól:2,35g / Bł:54,39g /	E:2176,193kcal/ B:82,71g/ T:48,88g / Kw.tł.nas:8,75g/ W:374,77g/W tym cukier:54,26g/ sól:3,33g / Bł:46,23g /

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

20.01.2026 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie;	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 60g (1,P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Drożdżówka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2286,25kcal/ B:83,02g/ T:51,84g / Kw.tł.nas:12,80g/ W;369,52g/W tym cukier:78,98g/ sól;4,18g / Bł:16,51g /	E:2305,45kcal/ B:83,50g/ T:51,48g / Kw.tł.nas:12,68g/ W;376,72g/W tym cukier:80,78g/ sól:3,94g / Bł:17,71g /	E:2151,01kcal/ B:79,90g/ T:51,84g / Kw.tł.nas:12,68g/ W:336,32g/W tym cukier:59,22g/ sól;3,10g / Bł:22,99g /	E:2578,25kcal/ B:92,52g/ T:58,54g / Kw.tł.nas:13,10g / W;417,91g/W tym cukier:84,78g sól:4,48g / Bł:17,61g /

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

21.01.2026 środa				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2346,91kcal/ B:87,34g/ T:104,99g / Kw.tł.nas:20,41g/ W:303,37g/W tym cukier:57,06g/ sól:3,91g / Bł:29,62g /	E:2366,11kcal/ B:87,82g/ T:104,64g / Kw.tł.nas:20,29g/ W:310,57g/W tym cukier:58,86g/ sól:3,67g / Bł:30,82g /	E:2239,69kcal/ B:84,22g/ T:104,99g / Kw.tł.nas:20,29g/ W:277,17g/W tym cukier:44,30g/ sól:2,83g / Bł:36,10g /	E:2408,91kcal/ B:87,34g/ T:104,99g / Kw.tł.nas:20,41g/ W:316,34g W tym cukier:68,06g/ sól:3,91g / Bł:32,82g /

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

22.01.2026 czwartek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1-P76,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2329,34kcal/ B:89,96g/ T:60,67g / Kw.tł.nas:8,87g/ W:254,82g/W tym cukier:96,88g/ sól:3,05g / Bł:33,12g /	E:2342,14kcal/ B:90,29g/ T:60,43g / Kw.tł.nas:8,79g/ W:259,62g/W tym cukier:98,08g/ sól:2,89g / Bł:33,92g /	E:2212,50kcal/ B:87,88g/ T:60,67g / Kw.tł.nas:8,79g/ W:226,02g/W tym cukier:77,04g/ sól:2,33g / Bł:37,44g /	E:2452,34kcal/ B:94,17g/ T:64,42g / Kw.tł.nas:11,27g/ W:277,77g/W tym cukier:96,88g/ sól:3,20g / Bł:33,12g /

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

23.01.2026 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) pulpet z ryby w sosie jarzynowym 250g (1-P76,3,4,7,9) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) pulpet z ryby w sosie jarzynowym 250g (1-P76,3,4,7,9) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (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 60g (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 60g (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 60g (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
Wartości odżywcze/doba	E:2126,92kcal/ B:76,52g/ T:76,73g / Kw.tł.nas:20,33g/ W:282,06g/W tym cukier:46,68g/ sól;5,07g / Bł:35,21g /	E:2364,15kcal/ B:102,32g/ T:77,83 / Kw.tł.nas:26,35g/ W:312,55g/W tym cukier:48,50g sól:2,83g / Bł:42,66g /	E:2269,74kcal/ B:98,72g/ T:78,19g / Kw.tł.nas:26,34g/ W:287,14g/W tym cukier:41,94g/ sól;1,99g / Bł:47,94g /	E:2266,42kcal/ B:78,32g/ T:80,33g / Kw.tł.nas:22,73g/ W:306,66g/W tym cukier:66,18g sól;5,18g / Bł:35,21g /

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

24.01.2026 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) humus 60g (6,11) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) humus 60g (6,11) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) humus 60g (6,11) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) humus 60g (6,11) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kefir 250g (7)	Kefir 250g (7)	Kefir 250g (7)	Kefir 250g (7)
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2406,41kcal/ B:95,29g/ T:86,09g / Kw.tł.nas:27,90g/ W:313,87g /W tym cukier:52,06g/ sól:6,14g / Bł:15,34g /	E:2378,61kcal/ B:92,17g/ T:84,23g / Kw.tł.nas:26,68g/ W:316,27g/W tym cukier:49,06g sól:5,76g / Bł:16,54g /	E:2299,19kcal/ B:92,17g/ T:86,09g / Kw.tł.nas:27,78g/ W:287,67g/W tym cukier:39,30g/ sól:5,06g / Bł:21,82g /	E:2481,421kcal/ B:95,89g/ T:87,59g / Kw.tł.nas:27,96g/ W:331,87g/W tym cukier:52,06g sól:6,14g / Bł:15,34g /

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

25.01.2026 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2089,09kcal/ B:73,52g/ T:64,03g / Kw.tł.nas:19,11g/ W:347,77g/W tym cukier:54,66g/ sól;3,55g / Bł:33,54g /	E:2108,29kcal/ B:74,00g/ T:63,67g / Kw.tł.nas:18,99g/ W:354,97g/W tym cukier:56,46g/ sól:3,31g / Bł:34,74g /	E:1920,85kcal/ B:72,20g/ T:64,03g / Kw.tł.nas:19,14g/ W:299,57g/W tym cukier:42,85g/ sól;2,48g / Bł:40,02g /	E:2224,09kcal/ B:74,72g/ T:64,33g / Kw.tł.nas:19,20g/ W:377,47g/W tym cukier:83,16g/ sól;3,55g / Bł:36,84g /

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

26.01.2026 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kisiel 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kisiel 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kisiel 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1-P76,3,4) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (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:2333,19kcal/ B:100,59g/ T:71,65g / Kw.tł.nas:8,07g/ W:345,29g/W tym cukier:55,70g/ sól:7,68g / Bł:50,94g /	E:2352,39kcal/ B:101,07g/ T:71,29g / Kw.tł.nas:7,95g/ W:352,49g/W tym cukier:57,50g/ sól:7,44g / Bł:52,14g /	E:2197,96kcal/ B:97,47g/ T:71,65g / Kw.tł.nas:7,95g/ W:312,09g/W tym cukier:35,94g/ sól:6,60g / Bł:57,42g /	E:2355,69kcal/ B:101,49g/ T:71,65g / Kw.tł.nas:8,07g/ W:350,24g/W tym cukier:60,65g sól:7,68g/ Bł:50,94g/

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

27.01.2026 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
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) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Kefir owocowy 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2031,09kcal/ B:66,83g/ T:72,20g / Kw.tł.nas:7,88g/ W:285,02g/W tym cukier:62,57g/ sól:3,73g / Bł:40,60g /	E:2208,56kcal/ B:72,66g/ T:70,80g / Kw.tł.nas:10,87g/ W:324,54g/W tym cukier:63,06g/ sól:3,92g / Bł:48,34g	E:2054,13kcal/ B:69,06g/ T:71,16g / Kw.tł.nas:10,87g/ W:284,14g/W tym cukier:41,50g/ sól:3,08g / Bł:53,62g /	E:2201,09kcal/ B:74,83g/ T:77,20g / Kw.tł.nas:9,88g/ W:312,02g/W tym cukier:82,57g/ sól:4,06g / Bł:40,60g /

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

28.01.2026 środa

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser żółty 50g (7) pomidory 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser żółty 50g (7) pomidory 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,7) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2117,36kcal/ B:83,20g/ T:54,20g / Kw.tł.nas:5,47g/ W:311,89g/W tym cukier:53,53g/ sól:2,09g / Bł:24,94g	E:2126,86kcal/ B:78,91g/ T:53,64g / Kw.tł.nas:8,11g/ W:321,22g /W tym cukier:55,87g/ sól:2,51g / Bł:26,14g /	E:2000,44kcal/ B:75,31g/ T:54,00g / Kw.tł.nas:8,11g/ W:287,82g/W tym cukier:41,31g/ sól:1,67g / Bł:31,42g /	E:2309,36kcal/ B:94,00g/ T:60,65g / Kw.tł.nas:9,67g/ W:334,39g/W tym cukier:73,03g/ sól:2,20g / Bł:24,94g /

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>

