

Jadłospis za okres od dnia 28.02.2026 do dnia 09.03.2026 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

28.02.2026 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. 10g (7) serek wiejski 100g (7) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) serek wiejski 100g (7) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) serek wiejski 100g (7) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) serek wiejski 100g (7) humus 60g (6,11) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1-P76,3,7,9) leczo 250g (1-P76) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2154,32kcal/ B:89,20g/ T:82,23g / Kw.tł.nas:38,60g/ W:253,55g/W tym cukier:55,44g sól:5,42g / Bł:26,93g /	E:2173,52kcal/ B:89,68g/ T:81,87g / Kw.tł.nas:38,48g/ W:260,75g/W tym cukier:57,24g sól:5,18g / Bł:28,14g /	E:1970,30kcal/ B:86,14g/ T:73,83g / Kw.tł.nas:29,88g/ W:226,99g/W tym cukier:42,54g/ sól:4,62g / Bł:33,42g /	E:2346,32kcal/ B:99,99g/ T:88,68g / Kw.tł.nas:42,80g/ W:276,05g/W tym cukier:74,94g/ sól:5,52g / Bł:26,94g /

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

01.03.2026 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. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1,P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Galaretką owocową 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2390,55kcal/ B:74,31g/ T:94,99g / Kw.tł.nas:20,28g/ W:278,31g/W tym cukier:107,17g sól;3,82g / Bł:27,13g /	E:2409,75kcal/ B:74,79g/ T:94,63g / Kw.tł.nas:20,16g/ W:285,51g/W tym cukier:108,97g sól;3,58g / Bł:28,33g /	E:2178,51kcal/ B:71,25g/ T:86,59g / Kw.tł.nas;11,56g/ W:244,75g/W tym cukier:87,27g/ sól:3,02g / Bł:33,61g /	E:2413,05kcal/ B:75,21g/ T:94,99g / Kw.tł.nas:20,28g/ W:283,26g/W tym cukier:112,12/ sól;3,82g / Bł:27,13g /

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

02.03.2026 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:	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150g (1-P76,7) ziemniaki 200g surówka z marchewki i jabłka 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona 150g (1-P76,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2097,88kcal/ B:83,09g/ T:61,16g / Kw.tł.nas:18,43g/ W:302,18g/W tym cukier:63,05g sól;2,52g / Bł:29,03g /	E:2421,12kcal/ B:84,72g/ T:84,12g / Kw.tł.nas:18,82g/ W:333,99g/W tym cukier:74,52g/ sól;3,69g / Bł;31,09g /	E:2189,89kcal/ B:81,18g/ T:76,08g / Kw.tł.nas:10,22g/ W:293,23g/W tym cukier:52,82g/ sól:3,13g / Bł:36,37g /	E:2237,38kcal/ B:84,89g/ T:64,76g / Kw.tł.nas:20,84g/ W:326,78g/W tym cukier:82,55g/ sól;2,62g / Bł:29,03g /

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

03.03.2026 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. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) sos pieczarkowy 150g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,7,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,7,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,7,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76, 1-P90,3,7,10) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2386,91kcal/ B:92,40g/ T:83,63 / Kw.tł.nas:23,09g/ W:333,72g/W tym cukier:73,01g/ sól;8,34g / Bł:39,09g /	E:2402,91kcal/ B:92,80g/ T:83,33g / Kw.tł.nas:22,99g/ W:339,72g/W tym cukier:74,51g/ sól;8,14g / Bł:40,09g /	E:2184,08kcal/ B:89,66g/ T:75,23g / Kw.tł.nas:14,39g/ W:302,36g/W tym cukier:53,07g/ sól:7,72g / Bł:44,49g /	E:2480,91kcal/ B:94,30g/ T:86,13g / Kw.tł.nas:24,69g/ W:348,72g/W tym cukier:82,71g/ sól;8,34g / Bł:40,29g /

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

04.03.2026 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. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ogonówka 50g (6) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ogonówka 50g (6) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ogonówka 50g (6) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ogonówka 50g (6) pomidory 100g 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 z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) naleśniki z serem i dżemem 300g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 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. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2375,54kcal/ B:86,27g/ T:99,79g / Kw.tł.nas:21,06g/ W:267,53g/W tym cukier:44,50g sól;3,34g / Bł:19,56g /	E:2394,73kcal/ B:86,75g/ T:99,43g / Kw.tł.nas:20,94g/ W:274,73g/W tym cukier:46,30g/ sól;3,10g / Bł:20,76g /	E:2158,52kcal/ B:85,00g/ T:91,39g / Kw.tł.nas;12,49g/ W:225,97g/W tym cukier:39,55g/ sól:2,55g / Bł:26,04g /	E:2403,82kcal/ B:96,41g/ T:93,34g / Kw.tł.nas:21,91g/ W:276,13g/W tym cukier:85,51g/ sól;3,40g / Bł:15,75g /

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

05.03.2026 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:	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9,10) szyneczka delikatesowa 50g (6) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9,10) szyneczka delikatesowa 50g (6) herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9,10) szyneczka delikatesowa 50g (6) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9,10) szyneczka delikatesowa 50g (6) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2356,19kcal/ B:74,72g/ T:60,19g / Kw.tł.nas:21,85g/ W:344,15g/W tym cukier:48,17g sól:3,86g / Bł:26,93g /	E:2165,76kcal/ B:79,54g/ T:49,18g / Kw.tł.nas:21,60g/ W:338,44g/W tym cukier:50,12g sól:3,65g / Bł:28,05g /	E:1934,53kcal/ B:75,99g/ T:41,14g / Kw.tł.nas:13,00g/ W:297,68g/W tym cukier:28,42g/ sól:3,09g / Bł:33,33g /	E:2281,56kcal/ B:80,26g/ T:49,84g / Kw.tł.nas:21,81g/ W:360,94g/W tym cukier:76,82g/ sól:3,89g / Bł:30,15g /

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

06.03.2026 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. 10g (7) ser żółty 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ser capresi 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ser capresi 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ser żółty 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g 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 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) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki 200g 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:				Drożdżówka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2083,98kcal/ B:67,55g/ T:88,04g / Kw.tł.nas:20,17g/ W:256,81g/W tym cukier:44,39g sól;4,60g / Bł:24,21g /	E:2135,19kcal/ B:83,99g/ T:73,56g / Kw.tł.nas:21,78g/ W:285,39g/W tym cukier:50,91g sól;3,62g / Bł:32,91g /	E:1963,98kcal/ B:80,45g/ T:65,52g / Kw.tł.nas;13,18g/ W:259,63g/W tym cukier:44,21g/ sól:3,06g / Bł:38,19g /	E:2358,98kcal/ B:77,05g/ T:94,74g / Kw.tł.nas;20,47g/ W:305,21g/W tym cukier:50,19g/ sól;4,90g / Bł:25,31g /

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

07.03.2026 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. 10g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka wędzona 50g (6) 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. 10g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka wędzona 50g (6) 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 pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g
Podwieczorek:				Jogurt naturalny 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2378,53kcal/ B:102,03g/ T:70,43g / Kw.tł.nas:27,50g/ W:337,99g/W tym cukier:59,78g sól:3,01g / Bł:36,88g /	E:2397,73kcal/ B:102,51g/ T:70,07g / Kw.tł.nas:27,38g/ W:345,19g/W tym cukier:61,58g sól:2,77g / Bł:38,08g /	E:2194,52kcal/ B:98,77g/ T:62,03g / Kw.tł.nas:18,78g/ W:311,43g/W tym cukier:46,88g/ sól:2,21g / Bł:43,36g /	E:2468,53kcal/ B:108,03g/ T:74,18g / Kw.tł.nas:30,05g/ W:345,94g/W tym cukier:67,73g/ sól:3,18g / Bł:36,88g /

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

08.03.2026 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. 10g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kefir owocowy 250g (7)	Kefir owocowy 250g (7)	Kefir naturalny 250g (7)	Kefir owocowy 250g (7)
Obiad:	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa z soczewicy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2313,98kcal/ B:107,73g/ T:71,76g / Kw.tł.nas:21,96g/ W:279,61g/W tym cukier:76,72g sól;4,16g / Bł:32,63g /	E:2333,18kcal/ B:108,21g/ T:71,40g / Kw.tł.nas:21,84g/ W:286,81g/W tym cukier:78,52g sól;3,93g / Bł;33,83g /	E:2049,44kcal/ B:105,67g/ T:62,11g / Kw.tł.nas;13,99g/ W:231,05g/W tym cukier:48,82g/ sól:4,17g / Bł:39,11g /	E:2388,98kcal/ B:108,33g/ T:73,26g / Kw.tł.nas:22,02g/ W:297,61g/W tym cukier:76,72g/ sól;3,33g / Bł:32,63g /

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

09.03.2026 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:	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1-P76,3,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 60g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2117,58cal/ B:66,90g/ T:68,28g / Kw.tł.nas:15,97g/ W:315,13g/W tym cukier:67,09g sól;2,38g / Bł:26,80g /	E:2295,05kcal/ B:72,73g/ T:66,88g / Kw.tł.nas:18,96g/ W:354,65g/W tym cukier:67,58g / sól;2,56g / Bł:34,54g /	E:2063,82kcal/ B:69,19g/ T:58,84g / Kw.tł.nas:10,36g/ W:313,89g/W tym cukier:45,88g/ sól:2,00g / Bł:39,82g /	E:2179,58kcal/ B:66,90g/ T:68,28g / Kw.tł.nas:15,97g/ W:328,13g/W tym cukier:78,09g/ sól;2,38g / Bł:30,00g /

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>

