

Jadłospis za okres od dnia 29.04.2026 do dnia 08.05.2026 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

29.04.2026 środa

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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) humus 60g (6,11) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor 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)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1-P76,7,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1-P76,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:					Kiwi 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2329,47kcal/ B:104,96g/ T:95,99g / Kw.tł.nas:40,84g/ W:295,46g/W tym cukier:74,14g sól;3,09g / Bł:36,17g / sód;1137,45mg	E:2348,67kcal/ B:105,44g/ T:95,63g / Kw.tł.nas:40,72g/ W:302,66g/W tym cukier:35,74g sól;2,85g / Bł;37,37g / sód;1046,25mg	E:2164,37kcal/ B:102,28g/ T:73,14g / Kw.tł.nas;17,78g/ W:273,82g/W tym cukier:50,67g/ sól:3,16g / Bł:43,70g / sód;973,126mg	E:2271,87kcal/ B:105,50g/ T:87,23g / Kw.tł.nas:32,12g/ W:302,30g/W tym cukier:35,60g sól;3,13g / Bł:37,37g / sód;1153,45mg	E:2334,47kcal/ B:104,44g/ T:96,23g / Kw.tł.nas:40,76g/ W:298,72g/W tym cukier:42,65g/ sól;2,81g / Bł:38,57g / sód;1030,25mg

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

30.04.2026 czwartek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1-P76,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:					Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (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:2261,92kcal/ B:76,82g/ T:62,56g / Kw.tł.nas:16,32g/ W:333,74g/W tym cukier:67,00g sól:4,51g / Bł:33,92g / sód;1606,63mg	E:2281,12kcal/ B:77,30g/ T:62,17g / Kw.tł.nas:16,20g/ W:340,94g/W tym cukier:68,80g sól:4,30g / Bł:35,12g / sód;1515,43mg	E:2143,41kcal/ B:76,04g/ T:54,72g / Kw.tł.nas;7,72g/ W:318,58g/W tym cukier:47,74g/ sól:3,91g / Bł:43,76g / sód;1377,03mg	E:2204,32kcal/ B;77,36g/ T:53,80g / Kw.tł.nas:7,60g/ W:340,58g/W tym cukier;68,66g/ sól;4,55g / Bł:35,12g / sód;1622,63mg	E:2345,42kcal/ B:76,96g/ T:65,87g / Kw.tł.nas:18,64g/ W:346,94g/W tym cukier:86,22g/ sól;4,33g / Bł:33,32g / sód;1539,63mg

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

## 01.05.2026 piątek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 80g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) szyneczka konserwowa 50g (6) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kefir owocowy 250g (7)	Kefir owocowy 250g (7)	Kefir naturalny 250g (7)	Kefir owocowy 250g (7)	Kefir owocowy 250g (7)
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1-P76,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie pomidorowym 250g (1-P76,3,4,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g
Podwieczorek:					Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2298,83kcal/ B:103,86g/ T:82,98g / Kw.tł.nas:26,19g/ W:291,38g/W tym cukier:51,13g sól;3,80g / Bł:33,86g / sód;930,45mg	E:2318,03kcal/ B:104,34g/ T:82,62g / Kw.tł.nas:26,07g/ W:298,58g/W tym cukier:67,13g/ sól;3,56g / Bł:35,06g / sód;1129,28mg	E:2240,37kcal/ B:103,08g/ T:75,14g / Kw.tł.nas:17,58g/ W:291,22g/W tym cukier:61,07g/ sól:3,20g / Bł:43,70g / sód;990,89mg	E:2241,23kcal/ B:104,40g/ T:74,22g / Kw.tł.nas:17,47g/ W:298,22g/W tym cukier:66,99g/ sól;3,84g / Bł:35,06g / sód;1236,49mg	E:2265,33kcal/ B:103,10g/ T:82,70g / Kw.tł.nas:26,11g/ W:284,93g/W tym cukier:70,00g sól;3,52g / Bł:33,26g / sód;1113,29mg

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

## 02.05.2026 sobota

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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 capresi 50g (7) dżem 40g sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1-P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ser capresi 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos spaghetti 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) kisiel 250g
Podwieczorek:					Gruszka 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1-P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/ doba	E:2378,44kcal/ B:83,01g/ T:69,12g / Kw.tł.nas:25,67g/ W:390,90g/W tym cukier:95,13g/ sól:5,41g / Bł:27,83g / sód:1849,7mg	E:2397,64kcal/ B:83,49g/ T:68,76g / Kw.tł.nas:25,55g/ W:398,10g/W tym cukier:96,93g/ sól:5,17g / Bł:29,03g / sód:1758,5mg	E:2373,18kcal/ B:85,29g/ T:62,58g / Kw.tł.nas:17,97g/ W:371,20g/W tym cukier:69,23g/ sól:5,41g / Bł:38,37g / sód: 1849,90mg	E:2320,84kcal/ B:83,55g/ T:60,36g / Kw.tł.nas:16,95g/ W:397,74g/W tym cukier:96,79g/ sól:5,45g / Bł:29,03g / sód:1865,7mg	E:2380,44kcal/ B:81,45g/ T:68,94g / Kw.tł.nas:25,59g/ W:394,5g/W tym cukier:94,85g sól:5,13g / Bł:27,23g / sód: 1742,5mg

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

## 03.05.2026 niedziela

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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) paprykarz warzywny 60g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) paprykarz warzywny 60g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) paprykarz warzywny 60g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) paprykarz warzywny 60g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) paprykarz warzywny 60g (6) 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)	Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Obiad:	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki gotowane 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki gotowane 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki gotowane 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki gotowane 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki gotowane 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) kompot 250g
Podwieczorek:					Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) buraczki z jabłkiem 100g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2285,79kcal/ B:81,18g/ T:104,13g / Kw.tł.nas:28,16g/ W:259,14g/W tym cukier:67,23g sól:4,14g / Bł:27,26g / sód;1517,65mg	E:2304,99kcal/ B:81,66g/ T:103,77g / Kw.tł.nas:28,04g/ W:266,34g/W tym cukier:69,03g/ sól:3,90g / Bł:28,46g / sód;1426,45mg	E:2167,27kcal/ B:80,40g/ T:96,29g / Kw.tł.nas:19,56g/ W:243,98g/W tym cukier:47,97g/ sól:3,54g / Bł:37,10g / sód;1288,05mg	E:2228,19kcal/ B:81,72g/ T:95,37g / Kw.tł.nas:19,44g/ W:265,98g/W tym cukier:68,89g/ sól:4,18g / Bł:28,46g / sód;1533,65mg	E:2304,79kcal/ B:80,12g/ T:105,35g / Kw.tł.nas:28,14g/ W:265,74g/W tym cukier:66,94g/ sól:3,86g / Bł:26,66g / sód;1410,45mg

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

## 04.05.2026 poniedziałek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g	Płatki jaglane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z ziemniakami 300g (1-E1,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z ziemniakami 300g (1-E1,9) risotto 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z ziemniakami 300g (1-E1,9) risotto 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z ziemniakami 300g (1-E1,9) risotto 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną z ziemniakami 300g (1-E1,9) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:					Kefir naturalny 250g (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-P90,3,6,7,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1-P76,1-P90,3,6,7,10) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2335,19kcal/ B:78,56g/ T:75,74g / Kw.tł.nas:15,74g/ W:340,94g/W tym cukier:78,29g sól:2,37g / Bł:36,80g / sód:643,20mg	E:2245,85kcal/ B:74,99g/ T:57,68g / Kw.tł.nas:18,02g/ W:359,90g/W tym cukier:78,78g sól:2,55g / Bł:42,39g / sód:552,0mg	E:2148,20kcal/ B:73,73g/ T:50,20g / Kw.tł.nas:9,54g/ W:347,54g/W tym cukier:67,72g/ sól:2,19g / Bł:51,03g / sód:413,60mg	E:2169,05kcal/ B:75,05g/ T:49,28g / Kw.tł.nas:9,42g/ W:359,54g/W tym cukier:78,64g/ sól:2,83g / Bł:42,39g / sód:659,20mg	E:2396,69kcal/ B:85,90g/ T:79,21g / Kw.tł.nas:18,41g/ W:341,54g/W tym cukier:90,01g/ sól:2,44g / Bł:36,20g / sód:670,05mg

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

## 05.05.2026 wtorek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta na oddział dzieci i młodzieży (dzieci 10-18 lat)
Śniadanie:	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa kapuśniak z kapusty kiszonej z ziemniakami 300g (1-P76,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza gryczana 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. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 150g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 150g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 150g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 150g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 150g (9) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2201,73kcal/ B:85,62g/ T:56,67g / Kw.tł.nas:20,53g/ W:318,41g/W tym cukier:48,82g sól;2,75g / Bł:33,67g / sód;1026,2mg	E:2224,85kcal/ B:85,26g/ T:59,97g / Kw.tł.nas:22,82g/ W:315,02g/W tym cukier:48,99g sól;2,73g / Bł:32,13g / sód;935,0mg	E:2087,13kcal/ B:84,00g/ T:52,49g / Kw.tł.nas:14,34g/ W:292,66g/W tym cukier:27,93g/ sól:2,37g / Bł:40,77g / sód;796,6mg	E:2144,25kcal/ B:86,07g/ T:51,78g / Kw.tł.nas:14,20g/ W:272,05g/W tym cukier:48,85g/ sól;3,01g / Bł:29,13g / sód;1042,2mg	E:2280,74kcal/ B:85,16g/ T:56,69g / Kw.tł.nas:20,54g/ W:336,71g/W tym cukier:77,04g/ sól;2,47g / Bł:36,37g / sód;919,0mg

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

## 06.05.2026 środa

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) twarożek kanapkowy 50g (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 roślinne 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ser żółty 50g (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	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba smażona 150g (1-P76,3,4) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki gotowane 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki gotowane 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki gotowane 200g herbata ziołowa 250g	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) ryba smażona 150g (1-P76,3,4) ziemniaki gotowane 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:					Drożdżówka 100g (1-P76,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) kiełbasa szynkowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) kiełbasa szynkowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) kiełbasa szynkowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) kiełbasa szynkowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) kiełbasa szynkowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2168,98kcal/ B:81,81g/ T:76,55g / Kw.tł.nas:16,14g/ W:254,54g/W tym cukier:59,16g sól;2,62g / Bł:29,94g / sód;876,8mg	E:1951,80kcal/ B:78,36g/ T:49,61g / Kw.tł.nas:17,33g/ W:266,16g/W tym cukier:65,67g sól;2,63g / Bł:31,18g / sód;887,25mg	E:1876,54kcal/ B:77,64g/ T:42,47g / Kw.tł.nas:8,91g/ W:256,60g/W tym cukier:51,67g/ sól;2,23g / Bł:42,38g / sód;733,45mg	E:1934,20kcal/ B:80,16g/ T:41,43g / Kw.tł.nas:8,79g/ W:278,40g/W tym cukier:66,11g/ sól;3,15g / Bł:31,98g / sód;1086,45mg	E:2305,48kcal/ B:86,80g/ T:80,96g / Kw.tł.nas:16,27g/ W:277,02g/W tym cukier:62,94g sól;2,55g / Bł:30,11g / sód;850,1mg

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

## 07.05.2026 czwartek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1-P76,7,9,12) makaron z serem 350g (1-P76,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:					Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 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 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2171,21kcal/ B:77,81g/ T:41,16g / Kw.tł.nas:16,06g/ W:358,51g/W tym cukier:56,77g sól;2,44g / Bł:21,39g / sód;892,15mg	E:2190,41kcal/ B:78,29g/ T:40,80g / Kw.tł.nas:15,94g/ W:365,71g/W tym cukier:58,57g sól;2,20g / Bł:22,59g / sód;800,95mg	E:2052,70kcal/ B:77,03g/ T:33,32g / Kw.tł.nas;7,46g/ W:343,35g/W tym cukier:37,51g/ sól:1,84g / Bł:31,23g / sód;662,55mg	E:2113,61kcal/ B:78,35g/ T:32,40g / Kw.tł.nas:7,34g/ W:365,35g/W tym cukier:58,43g/ sól;2,48g / Bł:22,59g / sód;908,15mg	E:2177,21kcal/ B:76,15g/ T:40,88g / Kw.tł.nas:15,98g/ W:360,11g/W tym cukier:67,49g/ sól;2,16g / Bł:23,99g / mg;784,95mg

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

## 08.05.2026 piątek

Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	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) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Serek homogenizowany 150g (7)	Serek homogenizowany 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Serek homogenizowany 150g (7)	Serek homogenizowany 150g (7)
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet mielony 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1-P76,3,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet mielony 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:					Wafle ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2013,75kcal/ B:92,63g/ T:73,25g / Kw.tł.nas:28,21g/ W:248,18g/W tym cukier:65,74g sól:3,43g / Bł:27,48g / sód;1127,65mg	E:2245,93kcal/ B:99,42g/ T:84,32g / Kw.tł.nas;31,08g/ W:272,51g/W tym cukier:68,11g sól;3,61g / Bł;29,07g / sód;1036,45mg	E:2066,27kcal/ B:93,36g/ T:74,14g / Kw.tł.nas;20,95g/ W:250,60g/W tym cukier:50,50g/ sól:3,31g / Bł:37,71g / sód;921,04mg	E:2169,13kcal/ B:99,48g/ T:75,92g / Kw.tł.nas:22,48g/ W:272,15g/W tym cukier:67,96g/ sól;3,89g / Bł:29,07g / sód;1143,65mg	E:2160,99kcal/ B:95,49g/ T:74,14g / Kw.tł.nas:28,44g/ W:278,79g/W tym cukier:72,82g sól;3,16g / Bł:29,35g / sód;1022,17mg

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

**WYKAZ ALERGENÓW**

<b>LP.</b>	<b>KOD</b>	<b>NAZWA</b>	<b>SYMBOL</b>
1.	<b>Gluten</b>	Zboża zawierające gluten (pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut) lub ich odmiany hybrydowe, a także produkty pochodne	<i><b>P67- owies P76-pszenica P86-zboża P90-żyto E1-jęczmień</b></i>
2.	<b>Skorupiaki</b>	Skorupiaki i produkty pochodne	<i><b>skorupiaki</b></i>
3.	<b>Jaja</b>	Jaja i produkty pochodne	<i><b>jaja</b></i>
4.	<b>Ryby</b>	Ryby i produkty pochodne	<i><b>ryby</b></i>
5.	<b>Orzeszki ziemne</b>	Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne	<i><b>orzeszki ziemne</b></i>
6.	<b>Soja</b>	Soja i produkty pochodne	<i><b>soja</b></i>
7.	<b>Mleko</b>	Mleko i produkty pochodne, łącznie z laktozą	<i><b>mleko</b></i>
8.	<b>Orzechy</b>	Migdały, orzechy laskowe, orzechy włoskie, orzechy nerkowca, orzeszki pekan, orzechy brazylijskie, pistacje/orzechy pistacjowe arachidowe, a także produkty pochodne	<i><b>orzechy</b></i>
9.	<b>Seler</b>	Seler i produkty pochodne	<i><b>seler</b></i>
10.	<b>Gorczyca</b>	Gorczyca i produkty pochodne	<i><b>gorczyca</b></i>
11.	<b>Sezam</b>	Nasiona sezamu i produkty pochodne	<i><b>sezam</b></i>
12.	<b>Dwutlenek siarki</b>	Dwutlenek siarki i siarczyny	<i><b>dwutlenek siarki</b></i>
13.	<b>Łubin</b>	Łubin i produkty pochodne	<i><b>łubin</b></i>
14.	<b>Mięczaki</b>	Mięczaki i produkty pochodne	<i><b>mięczaki</b></i>

