

Jadłospis za okres od dnia 28.06.2026 do dnia 07.07.2026 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiatrycznie Chorych
w Bolesławcu

28.06.2026 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) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1-P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ser capresi 50g (7) humus 60g (6,11) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ser capresi 50g (7) dżem 40g sałata zielona 50g herbata 250g
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) schab gotowany w sosie własnym 250g (1-P76,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 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 ogórka kiszzonego 200g kompot 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 ogórka kiszzonego 200g kompot 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 ogórka kiszzonego 200g kompot 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 ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:					Kefir owocowy 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g(1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) śledź w pomidorach 60g (4) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2056,67kcal/ B:84,99g/ T:60,30g / Kw.tł.nas:22,06g/ W:219,90g/W tym cukier:95,69g sól;3,97g / Bł:23,41g / sód;1313,50mg	E:2075,87kcal/ B:85,47g/ T:59,95g / Kw.tł.nas:21,94g/ W:227,10g/W tym cukier:97,49g sól;3,73g / Bł:24,61g / sód;1222,30mg	E:2073,15kcal/ B:92,55g/ T:68,58g / Kw.tł.nas:26,66g/ W:198,54g/W tymcukier:63,33g/ sól:4,15g / Bł:32,81g / sód;1382,70mg	E:1999,07kcal/ B:85,53g/ T:51,55g / Kw.tł.nas:13,34g/ W:226,74g/W tym cukier:97,35g sól;4,01g / Bł:24,61g / sód;1329,50mg	E:2170,67kcal/ B:91,33g/ T:65,03g / Kw.tł.nas:23,98g/ W:235,50g/W tymcukier:115,41g/ sól;4,02g / Bł:22,81g / sód;1331,30mg

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

29.06.2026 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 owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1-P67,7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1-P76,7,9) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:					Owsianka z owocami 100g (1-P67,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2361,65kcal/ B:80,49g/ T:76,96g / Kw.tł.nas:18,86g/ W:337,93g/W tym cukier:64,09g sól;2,33g / Bł:32,74g / sód;838,50mg	E:2380,85kcal/ B:80,97g/ T:76,60g / Kw.tł.nas:18,74g/ W:345,13g/W tym cukier:65,89g sól;2,09g / Bł:33,94g / sód;747,30mg	E:2243,14kcal/ B:79,71g/ T:69,12g / Kw.tł.nas:10,26g/ W:322,77g/W tym cukier:44,83g/ sól:1,73g / Bł:42,58g / sód;608,90mg	E:2304,05kcal/ B:81,03g/ T:68,20g / Kw.tł.nas:10,14g/ W:344,77g/W tym cukier:65,75g/ sól:2,37g / Bł:33,94g / sód;854,50mg	E:2399,65kcal/ B:80,73g/ T:79,18g / Kw.tł.nas:20,38g/ W:341,53g/W tym cukier:73,51g sól;2,05g / Bł:33,34g / sód;731,30mg

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

30.06.2026 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:	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1-P76,7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki gotowane 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150 (1-P76,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150 (1-P76,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) kotlet z ryby 150g (1-P76,3,4) sos pomidorowy 150 (1-P76,7) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1-P76,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki gotowane 200g kompot 250g
Podwieczorek:					Deser mleczny-pudding 150g (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:2177,44kcal/ B:68,19g/ T:72,17g / Kw.tł.nas:19,89g/ W:316,01g/W tym cukier:52,58g sól;4,43g / Bł:27,78g / sód;1478,91mg	E:2388,20kcal/ B:88,68g/ T:62,38g / Kw.tł.nas:17,88g/ W:373,42g/W tym cukier:69,73g/ sól;3,74g / Bł:42,59g / sód;555,80mg	E:2250,49kcal/ B:87,42g/ T:54,90g / Kw.tł.nas:9,40g/ W:351,06g/W tym cukier:48,67g/ sól:3,38g / Bł:51,23g / sód;417,40mg	E:2311,40kcal/ B:88,74g/ T:53,98g / Kw.tł.nas:9,28g/ W:373,06g/W tym cukier:69,59g/ sól;4,02g / Bł:42,59g / sód;663,0mg	E:2260,94kcal/ B:68,33g/ T:75,49g / Kw.tł.nas:22,21g/ W:329,21g/W tym cukier:71,80g sól;4,26g / Bł:27,18g / sód;1411,91mg

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

01.07.2026 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor 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 z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1-E1) buraczki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) buraczki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) buraczki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) buraczki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) sos mięsny 250g (1-P76,7) kluski śląskie 350g (3) buraczki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:					Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/ doba	E:2327,83kcal/ B:88,83g/ T:73,15g / Kw.tł.nas:29,46g/ W:303,73g/W tym cukier:61,48g/ sól:2,99g / Bł:43,43g / sól;1030,15mg	E:2361,34kcal/ B:87,26g/ T:71,64g / Kw.tł.nas:29,14g/ W:311,20g/W tym cukier:62,93g/ sól:2,76g / Bł:32,05g / sól;938,95mg	E:2251,68kcal/ B:86,00g/ T:64,16g / Kw.tł.nas:20,66g/ W:295,84g/W tym cukier:48,87g/ sól:2,40g / Bł:40,69g / sól;800,55mg	E:2284,54kcal/ B:87,32g/ T:63,24g / Kw.tł.nas:20,54g/ W:310,84g/W tym cukier:62,79g/ sól:3,04g / Bł:32,05g / sól;1046,15mg	E:2333,82kcal/ B:85,12g/ T:71,72g / Kw.tł.nas:29,18g/ W:304,08g/W tym cukier:65,85g sól:2,72g / Bł:30,25g / sól;922,95mg

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

02.07.2026 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 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:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa z ciecierzycy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1-P76,3) ziemniaki gotowane 200g mizéria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g
Podwieczorek:					Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1971,54cal/ B:91,33g/ T:58,39g / Kw.tł.nas:21,81g/ W:281,83g/W tym cukier:54,58g sól;2,50g / Bł:21,25g / sód;804,20mg	E:1990,74kcal/ B:91,81g/ T:58,03g / Kw.tł.nas:21,69g/ W:289,03g/W tym cukier:56,38g/ sól;2,27g / Bł;22,45g / sód;713,00mg	E:1946,63kcal/ B:92,83g/ T:51,11g / Kw.tł.nas;13,33g/ W:285,07g/W tym cukier:35,96g/ sól;2,10g / Bł:34,45g / sód;651,20mg	E:1913,94kcal/ B:91,87g/ T:49,63g / Kw.tł.nas:13,09g/ W:288,67g/W tym cukier:56,24g/ sól;2,54g / Bł:22,45g / sód;820,20mg	E:2118,79kcal/ B:94,18g/ T:59,27g / Kw.tł.nas:22,05g/ W:312,44g/W tym cukier:61,66g/ sól;2,23g / Bł;23,12g / sód;698,72mg

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

03.07.2026 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) szynka wędzona 50g (6) ser żółty 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka wędzona 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka wędzona 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) szynka wędzona 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) szynka wędzona 50g (6) ser żółty 50g (7) sałata zielona 50g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1-E1) fasolka po bretońsku 350g (1-P76,6,10) sok z wodą 250g
Podwieczorek:					Jogurt owocowy 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. 10g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2088,36kcal/ B:90,79g/ T:75,17g / Kw.tł.nas:15,28g/ W:268,79g/W tym cukier:44,07g sól;3,63g / Bł:38,36g / sód;1334,73mg	E:2098,56kcal/ B:91,32g/ T:57,98g / Kw.tł.nas:19,83g/ W:307,30g/W tym cukier:46,50g sól;3,74g / Bł:44,31g / sód;1256,98mg	E:2020,91kcal/ B:90,06g/ T:50,50g / Kw.tł.nas;11,35g/ W:299,94g/W tym cukier:40,44g/ sól:3,38g / Bł:52,95g / sód;1118,58mg	E:2021,76kcal/ B:91,38g/ T:49,58g / Kw.tł.nas:11,23g/ W:306,94g/W tym cukier:46,36g/ sól;4,02g / Bł:44,31g / sód;1364,18mg	E:2155,36kcal/ B:93,33g/ T:78,64g / Kw.tł.nas:17,60g/ W:280,34g/W tym cukier:43,79g/ sól;3,50g / Bł:37,76g / sód;1284,98mg

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

04.07.2026 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) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) kiełbasa szynkowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) kiełbasa szynkowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) kiełbasa szynkowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) kiełbasa szynkowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1-P90,7)	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) kiełbasa szynkowa 50g (6) szczypiorek 50g 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)	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) 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) 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:2374,95kcal/ B:90,94g/ T:82,53g / Kw.tł.nas:22,24g/ W:356,01g/W tym cukier:52,70g sól:4,73g / Bł:22,04g / sód;1773,20mg	E:2394,15kcal/ B:91,42g/ T:82,17g / Kw.tł.nas:22,12g/ W:363,21g/W tym cukier:54,50g sól:4,49g / Bł:23,24g / sód;1682,00mg	E:2284,49kcal/ B:90,16g/ T:74,69g / Kw.tł.nas:13,64g/ W:347,85g/W tym cukier:40,44g/ sól:4,13g / Bł:31,88g / sód;1543,60mg	E:2317,35kcal/ B:91,48g/ T:73,77g / Kw.tł.nas:13,52g/ W:362,85g/W tym cukier:54,36g/ sól:4,77g / Bł:23,24g / sód;1789,20mg	E:2380,95kcal/ B:89,28g/ T:82,25g / Kw.tł.nas:22,16g/ W:357,61g/W tym cukier:63,42g/ sól:4,45g / Bł:24,64g / sód;1666,0mg

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

05.07.2026 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 jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 80g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1-P76,6,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1-P76,7,9) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g
Podwieczorek:					Wafle kakaowe 40g (1-P76,6,7)
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:2226,37kcal/ B:63,19g/ T:83,18g / Kw.tł.nas:29,11g/ W:230,51g/W tym cukier:84,32g sól;3,78g / Bł:26,57g / sód;1348,73mg	E:2245,57kcal/ B:63,67g/ T:82,82g / Kw.tł.nas:28,99g/ W:237,71g/W tym cukier:86,12g sól;3,53g / Bł:27,78g / sód;1257,53mg	E:2107,86kcal/ B:62,41g/ T:75,34g / Kw.tł.nas:20,51g/ W:215,35g/W tym cukier:65,06g/ sól;3,18g / Bł:36,42g / sód;1119,13mg	E:2168,77kcal/ B:63,73g/ T:74,42g / Kw.tł.nas:20,39g/ W:237,35g/W tym cukier:85,98g/ sól;3,82g / Bł:27,78g / sód;1364,73mg	E:2382,77kcal/ B:64,21g/ T:94,50g / Kw.tł.nas:34,23g/ W:243,11g/W tym cukier:97,64g sól;3,56g / Bł:27,98g / sód;1266,04mg

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

06.07.2026 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:	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona 150g (1-P76,3,4) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki gotowane 200g kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki gotowane 200g kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba po grecku 300g (1-P76,4,9) ziemniaki gotowane 200g kompot 250g	Zupa z soczewicy z makaronem 300g (1-P76,3,7,9) ryba smażona 150g (1-P76,3,4) ziemniaki gotowane 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:					Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2303,53kcal/ B:89,51g/ T:71,32g / Kw.tł.nas:15,03g/ W:334,71g/W tym cukier:62,90g sól;2,90g / Bł:35,84g / sód;923,00mg	E:2078,55kcal/ B:87,69g/ T:49,88g / Kw.tł.nas:14,48g/ W:332,26g/W tym cukier:56,58g sól;2,63g / Bł:37,79g / sód;828,00mg	E:1940,83kcal/ B:86,43g/ T:42,40g / Kw.tł.nas:6,00g/ W:309,90g/W tym cukier:35,52g/ sól:2,27g / Bł:46,43g / sód;689,60mg	E:2001,75kcal/ B:87,75g/ T:41,48g / Kw.tł.nas:5,88g/ W:331,90g/W tym cukier:56,44g/ sól;2,91g / Bł:37,79g / sód;935,20mg	E:2375,53kcal/ B:95,05g/ T:75,34g / Kw.tł.nas:17,75g/ W:338,31g/W tym cukier:75,62g/ sól;2,69g / Bł:35,24g / sód;842,60mg

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

07.07.2026 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:	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1-E1,7) chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) sałatka rybna 60g (4,6) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) spaghetti sos 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) spaghetti sos 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) spaghetti sos 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) spaghetti sos 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1-P76,7,9) spaghetti sos 200g (1-P76) makaron 150g (1-P76,3) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:					Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 60g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1- P90,1-P76) masło roślinne 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 60g (1-P76) masło roślinne 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 50g (1-P76,1-P90) masło extra 82% tł. 10g (7) ogonówka 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2277,03kcal/ B:76,34g/ T:54,75g / Kw.tł.nas:19,05g/ W:371,60g/W tym cukier:82,87g sól;4,11g / Bł:27,19g / sód;1390,05mg	E:2296,23kcal/ B:76,82g/ T:54,39g / Kw.tł.nas;18,93g/ W:378,80g/W tym cukier:84,67g sól;3,87g / Bł;28,39g / sód;1298,85mg	E:2158,52kcal/ B:75,56g/ T:46,91g / Kw.tł.nas;10,45g/ W:356,44g/W tym cukier:63,61g/ sól;3,51g / Bł:37,03g / sód;1160,45mg	E:2219,43kcal/ B:76,88g/ T:45,99g / Kw.tł.nas:10,33g/ W:378,44g/W tym cukier:84,53g sól;4,15g / Bł:28,39g / sód;1406,05mg	E:2358,23kcal/ B:82,23g/ T:59,45g / Kw.tł.nas:18,97g/ W:374,02g/W tym cukier:82,69g sól;3,83g / Bł:26,59g / sód;1282,85mg

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

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>

