

Jadłospis
na dzień 13.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - schab pieczony 50 g - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - wędlina drobiowa 50 g (seler) - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - schab pieczony 50 g - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajo kurze całe 100 %) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść lauowy, ziele angielskie) - kasza gryczana 150 g - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwas cytrynowy) - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, cytryny, pietruszka natka)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść lauowy, ziele angielskie) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwas cytrynowy) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść lauowy, ziele angielskie) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwas cytrynowy) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść lauowy, ziele angielskie) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwas cytrynowy) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść lauowy, ziele angielskie) - kasza gryczana 150 g - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, cytryny, pietruszka natka) - ogórek kiszony 100 g</p>

- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)	- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)	- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)	- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)	- herbata b/c 250 g (składniki: woda 97 %, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Bieluch 150 g (z mleka)
Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 2055,9 kcal B: 102,6 g; W: 259,5 g (w tym cukry: 39,5 g); Bł: 32,6 g; T: 75,1 g (w tym nasycone: 34,9 g); Sól: 6,8 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 1973,4 kcal B: 93,5 g; W: 262,8 g (w tym cukry: 43,0 g); Bł: 30,9 g; T: 67,5 g (w tym nasycone: 33,7 g); Sól: 6,5 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 1918,6 kcal B: 87,7 g; W: 334,1 g (w tym cukry: 68,2 g); Bł: 27,3 g; T: 31,5 g (w tym nasycone: 7,8 g); Sól: 6,0 g	Nocny posiłek - Mus owocowo- warzywny 100 g Wartości z dnia: 1973,4 kcal B: 93,5 g; W: 262,8 g (w tym cukry: 43,0 g); Bł: 30,9 g; T: 67,5 g (w tym nasycone: 33,7 g); Sól: 6,5 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 1909,8 kcal B: 95,9 g; W: 236,5 g (w tym cukry: 33,7 g); Bł: 41,4 g; T: 73,9 g (w tym nasycone: 34,8 g); Sól: 8,6 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 13.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 15 g - ogórek zielony 15 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - schab pieczony 50 g - paszтет z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - schab pieczony 50 g - paszтет z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - paszтет z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, jajo kurze całe, marchew, cebula, kasza manna (pszenica), bułka tarta (pszenica), olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 200 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 50 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść laurowy, ziele angielskie) - kasza jęczmienna 100 g (jęczmień) - buraki 75 g (składniki: buraki 99 %, sól, kwas cytrynowy) - marchew gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść laurowy, ziele angielskie) - kasza gryczana 150 g - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, sól, kwas cytrynowy) - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, cytryny, pietruszka natka)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść laurowy, ziele angielskie) - kasza gryczana 150 g - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, sól, kwas cytrynowy) - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, cytryny, pietruszka natka)</p>	<p>Obiad - Zupa brokułowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, brokuły 15 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, przyprawa warzywna) - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna, liść laurowy, ziele angielskie) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, sól, kwas cytrynowy) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól)</p>

<p>Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)</p>	<p>- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)</p>	<p>- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)</p>	<p>- herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Serek homogenizowany 150 g (z mleka)</p>
<p>Kolacja - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 30 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 1281,3 kcal B: 62,1 g; W: 165,2 g (w tym cukry: 33,8 g); Bł: 21,3 g; T: 46,0 g (w tym nasycone: 24,8 g); Sól: 4,5 g</p>	<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 2043,6 kcal B: 101,3 g; W: 257,2 g (w tym cukry: 40,0 g); Bł: 31,5 g; T: 75,0 g (w tym nasycone: 34,9 g); Sól: 6,5 g</p>	<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 2043,6 kcal B: 101,3 g; W: 257,2 g (w tym cukry: 40,0 g); Bł: 31,5 g; T: 75,0 g (w tym nasycone: 34,9 g); Sól: 6,5 g</p>	<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 1973,4 kcal B: 93,5 g; W: 262,8 g (w tym cukry: 43,0 g); Bł: 30,9 g; T: 67,5 g (w tym nasycone: 33,7 g); Sól: 6,5 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 14.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - twarożek z rzodkiewką 80 g (składniki: ser biały 82 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), rzodkiewka 5 %, sól, pieprz) - mozzarella 25 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - twarożek 80 g (składniki: ser biały 88 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - margaryna roślinna 5 g - twarożek 80 g (składniki: ser biały 88 % (z mleka), - jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - twarożek 80 g (składniki: ser biały 88 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - twarożek z rzodkiewką 80 g (składniki: ser biały 82 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), rzodkiewka 5 %, sól, pieprz) - mozzarella 25 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza smażony 100 g (składniki: dorsz mrożony 67 %, jajo kurcze całe, bułka tarta (pszenica) olej 7 %) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe))</p>	<p>Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza gotowany 100 g (składniki: dorsz mrożony 100 %, sól, pieprz, sos z cytryny) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe))</p>	<p>Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza gotowany 100 g (składniki: dorsz mrożony 100 %, sól, pieprz, sos z cytryny) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe))</p>	<p>Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza gotowany 100 g (składniki: dorsz mrożony 100 %, sól, pieprz, sos z cytryny) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek Rogal drożdżowy z kruszonką (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe))</p>	<p>Obiad Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza gotowany 100 g (składniki: dorsz mrożony 100 %, sól, pieprz, sos z cytryny) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Wafle ryżowe 20 g - humus (składniki: soczewica 39 %, marchew, pietruszka korzeń, olej)</p>

- mus brzoskwiniowy 50 g (składniki: dżem 100 %)	- mus brzoskwiniowy 50 g (składniki: dżem 100 %)	- mus brzoskwiniowy 25 g (składniki: dżem 100 %)	- mus brzoskwiniowy 25 g (składniki: dżem 100 %)	
Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - margaryna roślinna 5 g - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka razowa, żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)	Nocny posiłek - Chleb razowy 60 g (składniki: mąka razowa, żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)
Wartości z dnia: 2337,3 kcal B: 95,7 g; W: 341,1 g (w tym cukry: 69,3 g); Bł: 31,2 g; T: 72,3 g (w tym nasycone: 31,6 g); Sól: 6,7 g	Wartości z dnia: 2121,1 kcal B: 88,1 g; W: 334,6 g (w tym cukry: 68,6 g); Bł: 27,3 g; T: 53,6 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 6,0 g	Wartości z dnia: 1956,2 kcal B: 88,4 g; W: 341,1 g (w tym cukry: 67,8 g); Bł: 27,5 g; T: 32,3 g (w tym nasycone: 8,2 g); Sól: 6,0 g	Wartości z dnia: 2082,6 kcal B: 88,0 g; W: 325,0 g (w tym cukry: 54,6 g); Bł: 27,1 g; T: 53,6 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 6,0 g	Wartości z dnia: 2047,9 kcal B: 88,0 g; W: 310,7 g (w tym cukry: 37,0 g); Bł: 48,2 g; T: 60,5 g (w tym nasycone: 29,3 g); Sól: 6,1 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 14.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - twarożek 40 g (składniki: ser biały 88 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - twarożek z rzodkiewką 80 g (składniki: ser biały 82 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), rzodkiewka 5 %, sól, pieprz) - mozzarella 25 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - twarożek z rzodkiewką 80 g (składniki: ser biały 82 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), rzodkiewka 5 %, sól, pieprz) - mozzarella 25 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) - twarożek 80 g (składniki: ser biały 88 % (z mleka), jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 200 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza gotowany 50 g (składniki: dorsz mrożony 100 %) - ryż 100 g - sos grecki 100 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna,</p>	<p>Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza smażony 100 g (składniki: dorsz mrożony 67 %, jajo kurcze całe, bułka tarta (pszenica) olej 7 %) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna,</p>	<p>Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza smażony 100 g (składniki: dorsz mrożony 67 %, jajo kurcze całe, bułka tarta (pszenica) olej 7 %) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna,</p>	<p>Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna) - filet z dorsza gotowany 100 g (składniki: dorsz mrożony 100 %, sól, pieprz, sos z cytryny) - ryż 150 g - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, seler korzeń, 21 % pietruszka korzeń 21 %, cebula 4 %, por 4 % koncentrat pomidorowy 4 %, olej 2 % - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna,</p>

olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus brzoskwiniowy 50 g (składniki: dżem 100 %)	olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus brzoskwiniowy 50 g (składniki: dżem 100 %)	olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus brzoskwiniowy 50 g (składniki: dżem 100 %)	olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus brzoskwiniowy 50 g (składniki: dżem 100 %)
Kolacja - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g (z mleka) - wędlina drobiowa 30 g (seler) - sałata 10 g, - papryka 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 1429,6 kcal B: 52,5 g; W: 231,2 g (w tym cukry: 40,8 g); Bł: 16,6 g; T: 54,4 g (w tym nasycone: 18,1 g); Sól: 3,8 g	Nocny posiłek Chleb foremkowy 35 g - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) Wartości z dnia: 2325,0 kcal B: 94,4 g; W: 338,7 g (w tym cukry: 69,9 g); Bł: 30,2 g; T: 72,3 g (w tym nasycone: 31,6 g); Sól: 6,4 g	Nocny posiłek Chleb foremkowy 35 g - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) Wartości z dnia: 2325,0 kcal B: 94,4 g; W: 338,7 g (w tym cukry: 69,9 g); Bł: 30,2 g; T: 72,3 g (w tym nasycone: 31,6 g); Sól: 6,4 g	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 2121,1 kcal B: 88,1 g; W: 334,6 g (w tym cukry: 68,6 g); Bł: 27,3 g; T: 53,6 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 6,0 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 15.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajo kurze 100 %) - schab pieczony 25 g - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - jajko z pieca, 1 sztuka (składniki: jajo kurze 100 %) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - wędlina drobiowa 75 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 75 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajo kurze 100 %) - schab pieczony 25 g - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - kotlet mielony 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 65 %, jajo kurze 13 %, bułka tarta (z pszenicy) 7 %, bułka pszenna (mąka pszenna) 7 %, cebula 7 %, olej, sól, pieprz - ziemniaki 250 g - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 81 %, jogurt naturalny (z mleka) 9%, śmietana (z mleka) 9%, sól, pieprz) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier,</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - pulpet w sosie pomidorowym 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 71 %, jajo kurze 14 %, mąka pszenna 7 %, cebula, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, , sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - pulpet w sosie pomidorowym 100 g składniki: wieprzowina, szynka 71 %, jajo kurze 14 %, mąka pszenna 7 %, cebula, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - pulpet w sosie pomidorowym 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 71 %, jajo kurze 14 %, mąka pszenna 7 %, cebula, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - pulpet w sosie pomidorowym 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 71 %, jajo kurze 14 %, mąka pszenna 7 %, cebula, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 81 %, jogurt naturalny (z mleka) 9%, śmietana (z mleka) 9%, sól, pieprz) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól 1 %) - herbata b/c 250 g</p>

herbata czarna 1%) Podwieczorek - Budyń 200 g (składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)	Podwieczorek - Budyń 200 g składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)	Podwieczorek - Budyń 200 g składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)	Podwieczorek - Budyń 200 g składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)	Podwieczorek - Skyr naturalny 150 g (z mleka)
Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 2102,5 kcal B: 94,1 g; W: 289,1 g (w tym cukry: 37,4 g); Bł: 24,8 g; T: 68,5 g (w tym nasycone: 32,6 g); Sól: 6,3 g	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 1952,2 kcal B: 91,5 g; W: 279,8 g (w tym cukry: 38,5 g); Bł: 24,3 g; T: 57,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 5,4 g	Nocny posiłek Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 1762,7 kcal B: 91,3 g; W: 279,6 g (w tym cukry: 38,4 g); Bł: 27,0 g; T: 36,1 g (w tym nasycone: 24,3 g); Sól: 5,5 g	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 1952,2 kcal B: 91,5 g; W: 279,8 g (w tym cukry: 38,5 g); Bł: 24,3 g; T: 57,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 5,4 g	Nocny posiłek - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler) Wartości z dnia: 1887,2 kcal B: 102,7 g; W: 255,9 g (w tym cukry: 30,4 g); Bł: 39,4 g; T: 58,6 g (w tym nasycone: 29,5 g); Sól: 6,1 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, lubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 15.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - wędlina drobiowa 45 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 15 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajo kurze 100 %) - schab pieczony 25 g - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajo kurze 100 %) - schab pieczony 25 g - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - jajko z pieca, 1 sztuka (składniki: jajo kurze 100 %) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad Zupa kalafiorowa z ryżem 200 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - pulpet w sosie pomidorowym 50 g (składniki: wieprzowina, szynka 71 %, jajo kurze 14 %, mąka pszenna 7 %, cebula, sól, pieprz) - ziemniaki 150 g - marchew gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - brokuł 75 g (składniki: brokuł 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - kotlet mielony 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 65 % jajo kurze 13 %, bułka tarta (z pszenicy) 7 %, bułka pszenna (mąka pszenna) 7 % cebula 7 %, olej, sól, pieprz - ziemniaki 250 g - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 81 %, jogurt naturalny (z mleka) 9%, śmietana (z mleka) 9%, sól, pieprz) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - kotlet mielony 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 65 % jajo kurze 13 %, bułka tarta (z pszenicy) 7 %, bułka pszenna (mąka pszenna) 7 % cebula 7 %, olej, sól, pieprz - ziemniaki 250 g - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 81 %, jogurt naturalny (z mleka) 9%, śmietana (z mleka) 9%, sól, pieprz) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 36 %, marchew, ryż 15 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - pulpet w sosie pomidorowym 100 g (składniki: wieprzowina, szynka 71 %, jajo kurze 14 %, mąka pszenna 7 %, cebula, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól 1 %) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól 1 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>

<p>Podwieczorek - Budyń 100 g (składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)</p>	<p>Podwieczorek - Budyń 200 g (składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)</p>	<p>Podwieczorek - Budyń 200 g (składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)</p>	<p>Podwieczorek - Budyń 200 g składniki: mleko 2% , 93 %, budyń w proszku 7 % (skrobia kukurydziana, skrobia ziemniaczana, aromaty, koncentrat soku , koncentrat z buraka)</p>
<p>Kolacja Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - wędlina drobiowa 30 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) masło 15 g, (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g</p> <p>Wartości z dnia: 1113,7 kcal B: 50,4 g; W: 168,6 g (w tym cukry: 26,8 g); Bł: 19,3 g; T: 30,6 g (w tym nasycone: 16,0 g); Sól: 3,3 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)</p> <p>Wartości z dnia: 2090,2 kcal B: 92,9 g; W: 286,8 g (w tym cukry: 37,9 g); Bł: 23,7 g; T: 68,5 g (w tym nasycone: 32,5 g); Sól: 6,1 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)</p> <p>Wartości z dnia: 2090,2 kcal B: 92,9 g; W: 286,8 g (w tym cukry: 37,9 g); Bł: 23,7 g; T: 68,5 g (w tym nasycone: 32,5 g); Sól: 6,1 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - wędlina drobiowa 20 g (seler)</p> <p>Wartości z dnia: 1952,2 kcal B: 91,5 g; W: 279,8 g (w tym cukry: 38,5 g); Bł: 24,3 g; T: 57,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 5,4 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 16.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser żółty 25 g (z mleka) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - wędlina drobiowa 25 g (seler) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - dżem 50 g - wędlina drobiowa 25 g (seler) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 75 g (seler) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - sałata 10 g herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 25 g (seler) - mozzarella 25 g (z mleka) - sałata 10 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwasek cytrynowy) - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73 %, jabłko, olej 6 %, cebula, sok z cytryny, sól, pieprz) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwasek cytrynowy) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron (z mąki pszennej i jaja kurzego) 20 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, przecier pomidorowy 10 %, por, cebula, przyprawa warzywna, sól pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwasek cytrynowy) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad Zupa pomidorowa z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron (z mąki pszennej i jaja kurzego) 20 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, przecier pomidorowy 10 %, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, natka pietruszki) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwasek cytrynowy) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 40 % (z mleka)) - jogurt naturalny 40 % (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73 %, jabłko, olej 6 %, cebula, sok z cytryny, sól, pieprz) herbata b/c 250 g</p>

czarna 1%) Podwieczorek jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	Podwieczorek jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	Podwieczorek jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	Podwieczorek jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	(składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek Jabłko, 1 sztuka
Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - schab pieczony 50 g - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - schab pieczony 50 g - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g
Wartości z dnia: 2205,9 kcal B: 103,8 g; W: 326,1 g (w tym cukry: 94,7 g); Bł: 33,3 g; T: 61,0 g (w tym nasycone: 29,1 g); Sól: 5,2 g	Wartości z dnia: 2064,1 kcal B: 97,9 g; W: 315,7 g (w tym cukry: 92,3 g); Bł: 29,2 g; T: 51,5 g (w tym nasycone: 25,6 g); Sól: 4,5 g	Wartości z dnia: 1861,0 kcal B: 91,1 g; W: 320,7 g (w tym cukry: 92,8 g); Bł: 29,5 g; T: 29,8 g (w tym nasycone: 9,5 g); Sól: 4,6 g	Wartości z dnia: 1996,5 kcal B: 97,9 g; W: 315,7 g (w tym cukry: 92,3 g); Bł: 29,2 g; T: 51,5 g (w tym nasycone: 25,6 g); Sól: 4,5 g	Wartości z dnia: 1894,4 kcal B: 91,5 g; W: 270,7 g (w tym cukry: 69,4 g); Bł: 43,1 g; T: 58,6 g (w tym nasycone: 27,4 g); Sól: 6,9 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, lubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk:

Jadłospis

na dzień 16.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - dżem 30 g - wędlina drobiowa 15 g (seler) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser żółty 25 g (z mleka) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser żółty 25 g (z mleka) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - dżem 50 g - wędlina drobiowa 25 g (seler) - zupa mleczna z płatkami owsianymi 250 g (składniki: mleko spożywcze 2 % 89 %, płatki owsiane (z pszenicy) 11 %) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Lane kluski na rosole 200 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 50 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 21 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 75 g (składniki 99 %, olej, sól kwas cytrynowy) - sałata z jogurtem 75 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwas cytrynowy) - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73 %, jabłko, olej 6 %, cebula, sok z cytryny, sól, pieprz) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwas cytrynowy) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew 25 %, mąka pszenna 16 %, jajko kurcze 15 %, udko z kurczaka 11 %, pietruszka korzeń 11 %, seler korzeń 11 %, por 4 %, cebula 4 %, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - pierś z kurczaka gotowana 100 g (składniki: pierś z kurczaka 95 %, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: mąka pszenna 23 %, marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler korzeń 23 %, natka pietruszki 7 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki 99 %, olej, sól kwas cytrynowy) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek</p>

Podwieczorek - Jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	Podwieczorek - Jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	Podwieczorek - Jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)	- Jabłko pieczone z białym serem, 1 sztuka (składniki: jabłko 78 %, ser biały, półtłusty (z mleka) 19 %, sok z cytryny, cukier)
Kolacja - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - wędlina drobiowa 30 g (seler) - sałata 10 g, - papryka 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - schab pieczony 50 g - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - schab pieczony 50 g - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, emulgatory, kwas cytrynowy, aromat, barwnik, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - wędlina drobiowa 50 g (seler) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g Wartości z dnia: 1374,1 kcal B: 62,8 g; W: 211,7 g (w tym cukry: 70,4 g); Bł: 21,1 g; T: 35,1 g (w tym nasycone: 17,6 g); Sól: 2,8 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g Wartości z dnia: 2193,6 kcal B: 102,6 g; W: 323,7 g (w tym cukry: 95,3 g); Bł: 32,2 g; T: 61,0 g (w tym nasycone: 29,1 g); Sól: 4,9 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g Wartości z dnia: 2193,6 kcal B: 102,6 g; W: 323,7 g (w tym cukry: 95,3 g); Bł: 32,2 g; T: 61,0 g (w tym nasycone: 29,1 g); Sól: 4,9 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g Wartości z dnia: 2064,1 kcal B: 97,9 g; W: 315,7 g (w tym cukry: 92,3 g); Bł: 29,2 g; T: 51,5 g (w tym nasycone: 25,6 g); Sól: 4,5 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk:

Jadłospis
na dzień 17.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - polędwica sopocka 75 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 75 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 70 %, marchew, olej4%, sok z cytryny, sól, pieprz) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 99 %, sól) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 70 %, marchew, olej4%, sok z cytryny, sól, pieprz) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Podwieczorek - Kisiel 200 g</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel 200 g</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel 200 g</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel 200 g</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel b/c 200 g</p>

Kolacja Chleb 100 g - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%) - masło 15 g (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Chleb razowy 60 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)
Wartości z dnia: 2220,7 kcal B: 104,3 g; W: 308,0 g (w tym cukry: 66,4 g); Bł: 25,3 g; T: 69,0 g (w tym nasycone: 38,5 g); Sól: 7,5 g	Wartości z dnia: 2147,1 kcal B: 101,4 g; W: 299,7 g (w tym cukry: 66,1 g); Bł: 21,3 g; T: 64,7 g (w tym nasycone: 38,1 g); Sól: 6,9 g	Wartości z dnia: 1813,1 kcal B: 99,8 g; W: 298,8 g (w tym cukry: 65,7 g); Bł: 21,3 g; T: 28,8 g (w tym nasycone: 10,8 g); Sól: 6,9 g	Wartości z dnia: 2088,6 kcal B: 100,2 g; W: 299,2 g (w tym cukry: 66,1 g); Bł: 21,3 g; T: 59,1 g (w tym nasycone: 34,3 g); Sól: 6,9 g	Wartości z dnia: 2130,4 kcal B: 98,8 g; W: 295,2 g (w tym cukry: 63,4 g); Bł: 38,3 g; T: 69,8 g (w tym nasycone: 38,6 g); Sól: 7,6 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 17.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - polędwica sopocka 30 g (soja) - sałata 10 g, - ogórek zielony 15 g - pomidor 15 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 200 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 50 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - cukinia z pieca 75 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - marchew gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 70 %, marchew, olej4%, sok z cytryny, sól, pieprz) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 70 %, marchew, olej4%, sok z cytryny, sól, pieprz) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa pomidorowa z ryżem 300 g (składniki: marchew, ryż 18 %, koncentrat pomidorowy 12 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - schab gotowany 100 g (składniki: schab 95 %, mąka pszenna 5 %, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek</p>

Podwieczorek - Kisiel 100 g	Podwieczorek - Kisiel 200 g	Podwieczorek - Kisiel 200 g	- Kisiel 200 g
Kolacja - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Mus warzywny- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)
Wartości z dnia: 1262,9 kcal B: 63,0 g; W: 175,9 g (w tym cukry: 41,6 g); Bł: 15,9 g; T: 37,6 g (w tym nasycone: 22,3 g); Sól: 4,3 g	Wartości z dnia: 2246,0 kcal B: 104,4 g; W: 313,6 g (w tym cukry: 67,0 g); Bł: 24,8 g; T: 69,1 g (w tym nasycone: 38,5 g); Sól: 7,2 g	Wartości z dnia: 2246,0 kcal B: 104,4 g; W: 313,6 g (w tym cukry: 67,0 g); Bł: 24,8 g; T: 69,1 g (w tym nasycone: 38,5 g); Sól: 7,2 g	Wartości z dnia: 2147,1 kcal B: 101,4 g; W: 299,7 g (w tym cukry: 66,1 g); Bł: 21,3 g; T: 64,7 g (w tym nasycone: 38,1 g); Sól: 6,9 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 18.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata b/c 250 g (składniki: woda 97 %, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa ogórkowa z ryżem 300 g (składniki: marchew 23 %, ogórek kiszony 23 %, ryż 13 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - kotlet z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 67 %, jajo kurze, bułka tarta (pszenica), mąka pszenna, olej) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z marchwi i jabłka 100 g (składniki: marchew 83 %, jabłko 16 %, sok z cytryny, cukier) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 32 %, kasza jaglana 29 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, cebula, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - gotowany filec z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler, korzeń 23 %, mąka pszenna 23 % natka pietruszki, sól, pieprz) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier,</p>	<p>Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 32 %, kasza jaglana 29 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, cebula, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - gotowany filec z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler, korzeń 23 %, mąka pszenna 23 % natka pietruszki, sól, pieprz) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier,</p>	<p>Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 32 %, kasza jaglana 29 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, cebula, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - gotowany filec z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler, korzeń 23 %, mąka pszenna 23 % natka pietruszki, sól, pieprz) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier,</p>	<p>Obiad - Zupa ogórkowa z ryżem 300 g (składniki: marchew 32 %, kasza jaglana 29 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, cebula, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - gotowany filec z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna) - w sosie jarzynowym 43 g (składniki: marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler, korzeń 23 %, mąka pszenna 23 % natka pietruszki, sól, pieprz) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z marchwi i jabłka 100 g (składniki: marchew 83 %, jabłko 16 %, sok z cytryny, cukier) - surówka z kapusty kiszzonej 100 g (składniki: kapusta kiszona 61 %, marchew, cebula, olej 6%, sok z</p>

<p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>cytryny, pieprz) - herbata b/c 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Wafle ryżowe 20 g - z humusem (składniki: soczewica 41 %, marchew, pietruszka, olej)</p>
<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja Bułka 90 g - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja Bułka 90 g - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - margaryna roślinna 5 g - polędwica sopocka 50 g (z mleka) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja Bułka 90 g - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka, razowa, żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 2043,5 kcal B: 89,8 g; W: 307,6 g (w tym cukry: 65,1 g); Bł: 32,6 g; T: 57,4 g (w tym nasycone: 24,3 g); Sól: 8,0 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 1944,9 kcal B: 90,4 g; W: 312,1 g (w tym cukry: 56,2 g); Bł: 27,5 g; T: 43,0 g (w tym nasycone: 24,0 g); Sól: 5,5 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 1755,4 kcal B: 90,2 g; W: 311,9 g (w tym cukry: 6,7 g); Bł: 27,5 g; T: 22,1 g (w tym nasycone: 27,5 g); Sól: 5,5 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 1944,9 kcal B: 90,4 g; W: 312,1 g (w tym cukry: 56,0 g); Bł: 27,5 g; T: 43,0 g (w tym nasycone: 6,7 g); Sól: 5,5 g</p>	<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 1924,1 kcal B: 88,0 g; W: 282,0 g (w tym cukry: 45,2 g); Bł: 39,0 g; T: 57,4 g (w tym nasycone: 23,4 g); Sól: 8,0 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, lubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk:

Jadłospis

na dzień 18.03.2025

oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 10 g (z mleka) - polędwica drobiowa 30 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 30 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - pomidor 50 g - jogurt naturalny 180 g (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 200 g (składniki: marchew 32 %, kasza jaglana 29 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, cebula, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - gotowany filet z piersi indyka 50 g (składniki: pierś z indyka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna) -w sosie jarzynowym 22 g (składniki: marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler, korzeń 23 %, mąka pszenna 23 % natka pietruszki, sól, pieprz) - ziemniaki gotowane 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew 75 g (składniki: marchew 99 %, sól) - buraki (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa ogórkowa z ryżem 300 g (składniki: marchew 23 %, ogórek kiszony 23 %, ryż 13 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele, angielskie) - kotlet z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 67 %, jajo kurze, bułka tarta (pszenica), mąka pszenna, olej (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z marchwi i jabłka 100 g (składniki: marchew 83 %, jabłko 16 %, sok z cytryny, cukier) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa ogórkowa z ryżem 300 g (składniki: marchew 23 %, ogórek kiszony 23 %, ryż 13 %, pietruszka, korzeń, seler, korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka) przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele, angielskie) - kotlet z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 67 %, jajo kurze, bułka tarta (pszenica), mąka pszenna, olej (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z marchwi i jabłka 100 g (składniki: marchew 83 %, jabłko 16 %, sok z cytryny, cukier) - buraki 100 g (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 32 %, kasza jaglana 29 %, pietruszka korzeń, seler, korzeń, cebula, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - gotowany filet z piersi indyka 100 g (składniki: pierś z indyka 95 %, mąka pszenna 4 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna) -w sosie jarzynowym 43 g (składniki: marchew 23 %, pietruszka korzeń 23 %, seler, korzeń 23 %, mąka pszenna 23 % natka pietruszki, sól, pieprz) - ziemniaki gotowane 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - buraki (składniki: buraki 99 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 100 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>Podwieczorek - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>	<p>Podwieczorek Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż 25 %, jabłko 67 %, cukier)</p>

<p>Kolacja - Bułka 50 g składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 30 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja Bułka 90 g - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 1148,2 kcal B: 53,2 g; W: 184,4 g (w tym cukry: 46,6 g); Bł: 19,5 g; T: 26,2 g (w tym nasycone: 14,6 g); Sól: 4,3 g</p>	<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 2031,2 kcal B: 88,6 g; W: 305,3 g (w tym cukry: 64,9 g); Bł: 31,5 g; T: 65,7 g (w tym nasycone: 24,2 g); Sól: 7,7 g</p>	<p>Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g</p> <p>Wartości z dnia: 2031,2 kcal B: 88,6 g; W: 305,3 g (w tym cukry: 64,9 g); Bł: 31,5 g; T: 65,7 g (w tym nasycone: 24,2 g); Sól: 7,7 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 1944,9 kcal B: 90,4 g; W: 312,1 g (w tym cukry: 56,2 g); Bł: 27,5 g; T: 43,0 g (w tym nasycone: 24,0 g); Sól: 5,5 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 19.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - twarożek z siemieniem lnianym 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 88 %, (z mleka), siemię lniane 6 %, sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) - twarożek 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 94 %, jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - twarożek 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 94 %, jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) - twarożek 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 94 %, jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka razowa żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - twarożek z siemieniem lnianym 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 88 %, (z mleka), siemię lniane 6 %, sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - bitka wołowa w sosie 100 g (składniki: wołowina 83 %, cebula, olej, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza gryczana 150 g - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - bitka wołowa (gotowana) w sosie 100 g (składniki: wołowina 91 %, mąka pszenna 5 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - bitka wołowa (gotowana) w sosie 100 g (składniki: wołowina 91 %, mąka pszenna 5 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - bitka wołowa (gotowana) w sosie 100 g (składniki: wołowina 91 %, mąka pszenna 5 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - bitka wołowa (gotowana) w sosie 100 g (składniki: wołowina 91 %, mąka pszenna 5 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza gryczana 150 g - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)	Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)	Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)	Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)	Podwieczorek - Skyr naturalny 150 g (z mleka)
Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Chleb foremkowy 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)	Nocny posiłek - Chleb razowy 60 g (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)
Wartości z dnia: 2116,5 kcal B: 115,2 g; W: 290,2 g (w tym cukry: 31,1 g); Bł: 30,2 g; T: 62,3 g (w tym nasycone: 28,0 g); Sól: 8,6 g	Wartości z dnia: 1929,1 kcal B: 106,5g; W: 284,3 g (w tym cukry: 35,2 g); Bł: 23,7 g; T: 45,6 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 7,5 g	Wartości z dnia: 1717,2 kcal B: 106,0 g; W: 283,7 g (w tym cukry: 34,6 g); Bł: 23,7 g; T: 22,6 g (w tym nasycone: 7,3 g); Sól: 7,5 g	Wartości z dnia: 1929,1 kcal B: 106,5g; W: 284,3 g (w tym cukry: 35,2 g); Bł: 23,7 g; T: 45,6 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 7,5 g	Wartości z dnia: 1889,6 kcal B: 105,4 g; W: 260,4 g (w tym cukry: 30,2 g); Bł: 43,9 g; T: 57,5 g (w tym nasycone: 27,5 g); Sól: 8,2 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 19.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - twarożek 40 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 94 %, jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - sałata 10 g, - pomidor 15 g - ogórek zielony 15 g herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) -twarożek z siemieniem lnianym 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 88 %, (z mleka), siemię lniane 6 %, sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) -twarożek z siemieniem lnianym 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 88 %, (z mleka), siemię lniane 6 %, sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 25 g - ogórek zielony 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> -Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) - twarożek 80 g (składniki: ser biały, półtłusty (z mleka) 94 %, jogurt naturalny (z mleka), sól, pieprz) - polędwica sopocka 25 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)
<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 200 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - bitka wołowa (gotowana) w sosie 50 g (składniki: wołowina 91 %, mąka pszenna 5 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza jęczmienna 100 g (jęczmień) - buraki 75 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - brokuł 75 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - bitka wołowa w sosie 100 g (składniki: wołowina 83 %, cebula, olej, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza gryczana 150 g - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - bitka wołowa w sosie 100 g (składniki: wołowina 83 %, cebula, olej, mąka pszenna 4 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza gryczana 150 g - surówka z cukinii 100 g (składniki: cukinia 72 %, marchew, jabłko, olej, sok z cytryny, natka pietruszki, sól, pieprz) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 52%, marchew, koperek 6 %, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść lauowy, ziele angielskie) - bitka wołowa (gotowana) w sosie 100 g (składniki: wołowina 91 %, mąka pszenna 5 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - kasza jęczmienna 150 g (jęczmień) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)

<p>Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)</p>	<p>Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)</p>	<p>Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)</p>	<p>Podwieczorek - Skyr 150 g (z mleka)</p>
<p>Kolacja - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 30 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Bułka 90 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 1276,2 kcal B: 68,8 g; W: 188,1 g (w tym cukry: 26,8 g); Bł: 15,8 g; T: 31,1 g (w tym nasycone: 18,0 g); Sól: 4,3 g</p>	<p>Nocny posiłek - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 2104,2 kcal B: 113,9 g; W: 287,8 g (w tym cukry: 31,6 g); Bł: 29,1 g; T: 62,2 g (w tym nasycone: 27,9 g); Sól: 8,3 g</p>	<p>Nocny posiłek - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 2104,2 kcal B: 113,9 g; W: 287,8 g (w tym cukry: 31,6 g); Bł: 29,1 g; T: 62,2 g (w tym nasycone: 27,9 g); Sól: 8,3 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica drobiowa 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 1929,1 kcal B: 106,5g; W: 284,3 g (w tym cukry: 35,2 g); Bł: 23,7 g; T: 45,6 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 7,5 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 20.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) , - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajko kurze całe 100 %, sól) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - jajko z pieca, 1 sztuka (składniki: jajko kurze całe 100 %) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - polędwica drobiowa 75 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 75 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) masło 15 g, (z mleka) - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajko kurze całe 100 %, sól) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna 25 % (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - sałatka z ogórka kiszzonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 82 %, cebula, marchew, olej 6 %, pieprz) sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka) herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - sałatka z ogórka kiszzonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 82 %, cebula, marchew, olej 6 %, pieprz) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka) - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)</p>

Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki: kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)	Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki: kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)	Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki: kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)	Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki: kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)	Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem b/c 200 g (składniki: kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)
Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - polędwica sopocka 20 g (soja)	Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g	Nocny posiłek - Chleb razowy 60 g (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)
Wartości z dnia: 1914,7 kcal B: 81,4 g; W: 290,7 g (w tym cukry: 56,8 g); Bł: 24,9 g; T: 52,5 g (w tym nasycone: 23,7 g); Sól: 6,3 g	Wartości z dnia: 1845,1 kcal B: 78,8 g; W: 292,7 g (w tym cukry: 62,4 g); Bł: 26,3 g; T: 45,4 g (w tym nasycone: 23,1 g); Sól: 4,2 g	Wartości z dnia: 1775,9 kcal B: 90,8 g; W: 306,6 g (w tym cukry: 62,9 g); Bł: 24,6 g; T: 25,9 g (w tym nasycone: 7,6 g); Sól: 5,8 g	Wartości z dnia: 1819,7 kcal B: 82,6 g; W: 292,3 g (w tym cukry: 62,4 g); Bł: 26,3 g; T: 41,1 g (w tym nasycone: 21,7 g); Sól: 5,0 g	Wartości z dnia: 1986,1 kcal B: 84,1 g; W: 297,8 g (w tym cukry: 57,0 g); Bł: 24,9 g; T: 38,8 g (w tym nasycone: 26,9 g); Sól: 7,4 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, lubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 20.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 45 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 30 g - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) , - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajko kurze całe 100 %, sól) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) , - jajko gotowane, 1 sztuka (składniki: jajko kurze całe 100 %, sól) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g, - papryka 50 g - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - jajko z pieca, 1 sztuka (składniki: jajko kurze całe 100 %) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Krupnik z kaszy jęczmiennej 200 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna 25 % (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 50 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól) - sałata z jogurtem 75 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna 25 % (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - sałatka z ogórka kiszzonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 82 %, cebula, marchew, olej 6 %, pieprz) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna 25 % (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - sałatka z ogórka kiszzonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 82 %, cebula, marchew, olej 6 %, pieprz) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> -Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna (jęczmień), pietruszka korzeń, seler korzeń, cebula, por, natka pietruszki, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie) - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jajo całe kurze, mąka pszenna, cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - marchew gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól) - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60 %, jogurt naturalny 40 % (z mleka)) - herbata 250 g <p>(składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>

<p>Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 100 g (składniki; kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki; kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki; kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)</p>	<p>Podwieczorek - Kisiel z jabłkiem 200 g (składniki; kisiel w proszku 75%, jabłko 25 %)</p>
<p>Kolacja - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - polędwica sopocka 30 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g, (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g</p>	<p>Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g</p>	<p>Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g</p>	<p>Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g</p>
<p>Wartości z dnia: 1095,5 kcal B: 47,3 g; W: 177,6 g (w tym cukry: 38,0 g); Bł: 18,2 g; T: 25,7 g (w tym nasycone: 13,9 g); Sól: 3,0 g</p>	<p>Wartości z dnia: 1902,4 kcal B: 80,2 g; W: 288,3 g (w tym cukry: 57,4 g); Bł: 23,8 g; T: 52,5 g (w tym nasycone: 23,7 g); Sól: 6,1 g</p>	<p>Wartości z dnia: 1902,4 kcal B: 80,2 g; W: 288,3 g (w tym cukry: 57,4 g); Bł: 23,8 g; T: 52,5 g (w tym nasycone: 23,7 g); Sól: 6,1 g</p>	<p>Wartości z dnia: 1845,1 kcal B: 78,8 g; W: 292,7 g (w tym cukry: 62,4 g); Bł: 26,3 g; T: 45,4 g (w tym nasycone: 23,1 g); Sól: 4,2 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 21.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser biały 25 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser biały 25 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - margaryna roślinna 5 g - dżem 50 g - ser biały 25 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól.) - masło 15 g (z mleka) - ser biały 50 g (z mleka) - polędwica drobiowa 25 g (soja) - sałata 10 g - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g (z mleka) - ser biały 25 g (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - sałata 10 g - papryka 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) buraki 100 g - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) surówka z kiszzonej kapusty 100 g - surówka z kiszzonej kapusty 100 g (składniki: kapusta kiszona, 61 % marchew, cebula, olej, sok z cytryny, pieprz) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) herbata b/c 250 g</p>

Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: dżem 100%)	Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: dżem 100%)	Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: dżem 100%)	Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz-grafitowy, mąka żytnia pszenna , kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: dżem 100%)	Podwieczorek - Sok pomidorowy 300 g
Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 2281,9 kcal B: 101,2 g; W: 354,8 g (w tym cukry: 94,8 g); Bł: 35,0 g; T: 57,9 g (w tym nasycone: 28,9 g); Sól: 8,2 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 2188,3 kcal B: 98,8 g; W: 348,1 g (w tym cukry: 96,6 g); Bł: 31,5 g; T: 50,7 g (w tym nasycone: 28,2 g); Sól: 7,1 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 2025,0 kcal B: 98,5 g; W: 347,7 g (w tym cukry: 96,2 g); Bł: 31,5 g; T: 32,8 g (w tym nasycone: 13,0 g); Sól: 7,1 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g Wartości z dnia: 2160,3 kcal B: 107,5 g; W: 326,7 g (w tym cukry: 65,7 g); Bł: 30,3 g; T: 53,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 7,6 g	Nocny posiłek - Chleb razowy 60 g (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - poledwica drobiowa 20 g (soja) Wartości z dnia: 1910,8 kcal B: 100,6 g; W: 270,9 g (w tym cukry: 41,5 g); Bł: 47,4 g; T: 56,9 g (w tym nasycone: 28,7 g); Sól: 9,1 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 21.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - dżem 30 g - ser biały 15 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2%- 89 %, kasza manna 11 % (pszenica) herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) -masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser biały 25 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) -masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser biały 25 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g (z mleka) - dżem 50 g - ser biały 25 g (z mleka) - zupa mleczna z kaszą manną 250 g (składniki: mleko 2 %- 89%, kasza manna 11 % (pszenica) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 200 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7%, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 75 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - cukinia z pieca 75 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: jabłko 99 %, cynamon)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7%, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z kiszzonej kapusty 100 g (składniki: kapusta kiszona, 61 % marchew, cebula, olej, sok z cytryny, pieprz) buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: jabłko 99 %, cynamon)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7%, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - surówka z kiszzonej kapusty 100 g (składniki: kapusta kiszona, 61 % marchew, cebula, olej, sok z cytryny, pieprz) buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: jabłko 99 %, cynamon)</p>	<p>Obiad - Zupa jarzynowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 41 %, marchew 16 %, brokuł 8 %, kalafior 8 %, pietruszka korzeń 7%, seler korzeń 7 %, por 3 %, cebula 3 %, kapusta białą 3 %, groszek zielony 2 %, śmietana 18 % (z mleka), przyprawa warzywna, sól, pieprz, natka pietruszki, koperek) gotowany filet z dorsza gotowany w sosie jarzynowym 100 g (składniki: dorsz mrożony 65 %, mąka pszenna 11 %, marchew %, pietruszka korzeń 7 %, seler korzeń 7 %, natka pietruszki 2 %, przyprawa warzywna, sól pieprz) - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - buraki 100 g (składniki: buraki 98 %, olej, sól, kwasek cytrynowy) - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99 %, sól) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką, 1 sztuka (składniki: mąka pszenna, margaryna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy, mąka żytnia pszenna, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa (jaja kurze całe) - mus jabłkowy 50 g (składniki: jabłko 99 %, cynamon)</p>

Kolacja - Bułka 50 g (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - serek wiejski 200 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g	Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g
Wartości z dnia: 1441,2 kcal B: 57,1 g; W: 242,8 g (w tym cukry: 66,8 g); Bł: 21,9 g; T: 31,2 g (w tym nasycone: 16,8 g); Sól: 4,6 g	Wartości z dnia: 2269,6 kcal B: 100,0 g; W: 352,5 g (w tym cukry: 95,4 g); Bł: 33,9 g; T: 57,9 g (w tym nasycone: 28,8 g); Sól: 7,9 g	Wartości z dnia: 2269,6 kcal B: 100,0 g; W: 352,5 g (w tym cukry: 95,4 g); Bł: 33,9 g; T: 57,9 g (w tym nasycone: 28,8 g); Sól: 7,9 g	Wartości z dnia: 2188,3 kcal B: 98,8 g; W: 348,1 g (w tym cukry: 96,6 g); Bł: 31,5 g; T: 50,7 g (w tym nasycone: 28,2 g); Sól: 7,1 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 22.03.2025
dla oddziału chorób wewnętrznych

Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem substancji pobudzających wydzielanie soku żołądkowego	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów
<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) pasztet z soczewicy 50 g (składniki: <ul style="list-style-type: none"> - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 75 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - polędwica drobiowa 75 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 75 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Śniadanie</p> <ul style="list-style-type: none"> - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia, mąka pszenna, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) - mozzarella w zalewie 30 g (z mleka) - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, żurek koncentrat 28 % cebula 12, mąka pszenna, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie) - łazanki z mięsem i kapustą kiszona 250 g (składniki: wieprzowina szynka 34 %, kapusta kiszona 34 %, makaron 24 % (pszenica), cebula, olej, sól, pieprz) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 61 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - makaron z mięsem w sosie jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 43 %, makaron 30 % (pszenica), olej, cebula 4 %, mąka pszenna, marchew 4 %, pietruszka korzeń 4 %, seler korzeń 4 %, sól, pieprz, natka pietruszki) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 61 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - makaron z mięsem w sosie jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 43 %, makaron 30 % (pszenica), olej, cebula 4 %, mąka pszenna, marchew 4 %, pietruszka korzeń 4 %, seler korzeń 4 %, sól, pieprz, natka pietruszki) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 61 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - makaron z mięsem w sosie jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 43 %, makaron 30 % (pszenica), olej, cebula 4 %, mąka pszenna, marchew 4 %, pietruszka korzeń 4 %, seler korzeń 4 %, sól, pieprz, natka pietruszki) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%) 	<p>Obiad</p> <ul style="list-style-type: none"> - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, żurek koncentrat 28 % cebula 12, mąka pszenna, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie) - makaron pełnoziarnisty z mięsem w sosie jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 43 %, makaron pełnoziarnisty 30 % (pszenica), olej, cebula 4 %, mąka pszenna, marchew 4 %, pietruszka korzeń 4 %, seler korzeń 4 %, sól, pieprz, natka pietruszki) - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
<p>Podwieczorek</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bieluch 150 g (z mleka) 	<p>Podwieczorek- Bieluch 150 g (z mleka)</p>	<p>Podwieczorek</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bieluch 150 g (z mleka) 	<p>Podwieczorek</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bieluch 150 g (z mleka) 	<p>Podwieczorek</p> <ul style="list-style-type: none"> - Bieluch 150 g (z mleka)

Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna , mąka żytnia , drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - mozzarella 50 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - margaryna roślinna 5 g - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)	Kolacja - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99 %, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)	Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna , margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia , pszenna , kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)	Nocny posiłek - Chleb razowy 100 g, (składniki: mąka razowa żytnia , mąka pszenna , słonecznik, drożdże, sól) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)
Wartości z dnia: 2267,4 kcal B: 106,1 g; W: 275,5 g (w tym cukry: 18,3 g); Bł: 19,5 g; T: 86,5 g (w tym nasycone: 40,9 g); Sól: 6,0 g	Wartości z dnia: 2039,4 kcal B: 100,5 g; W: 258,8 g (w tym cukry: 23,3 g); Bł: 17,7 g; T: 70,6 g (w tym nasycone: 34,1 g); Sól: 5,5 g	Wartości z dnia: 1849,9 kcal B: 100,3 g; W: 258,6 g (w tym cukry: 23,1 g); Bł: 17,7 g; T: 49,8 g (w tym nasycone: 16,8 g); Sól: 5,5 g	Wartości z dnia: 2039,4 kcal B: 100,5 g; W: 258,8 g (w tym cukry: 23,3 g); Bł: 17,7 g; T: 70,6 g (w tym nasycone: 34,1 g); Sól: 5,5 g	Wartości z dnia: 2071,5 kcal B: 100,6 g; W: 256,5 g (w tym cukry: 17,5 g); Bł: 35,4 g; T: 79,4 g (w tym nasycone: 38,0 g); Sól: 6,0 g

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
- Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
- Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

Jadłospis
na dzień 22.03.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna
<p>Śniadanie - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 45 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 15 g - ogórek zielony 15 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) pasztet z soczewicy 50 g (składniki: - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 50 g (soja) pasztet z soczewicy 50 g (składniki: - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g - pomidor 25 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Śniadanie - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica drobiowa 75 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Obiad - Zupa ziemniaczana 200 g (składniki: ziemniaki 61 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - makaron z mięsem w sosie jarzynowym 150 g (składniki: wieprzowina szynka 43 %, makaron 30 % (pszenica), olej, cebula 4 %, mąka pszenna, marchew 4 %, pietruszka korzeń 4 %, seler korzeń 4 %, sól, pieprz, natka pietruszki) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Bieluch 150 g (z mleka)</p>	<p>Obiad - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, żurek koncentrat 28 % cebula 12, mąka pszenna, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie) - łazanki z mięsem i kapustą kiszona 250 g (składniki: wieprzowina szynka 34 %, kapusta kiszona 34 %, makaron 24 % (pszenica), cebula, olej, sól, pieprz) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Bieluch 150 g (z mleka)</p>	<p>Obiad - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, żurek koncentrat 28 % cebula 12, mąka pszenna, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, liść laurowy, ziele angielskie) - łazanki z mięsem i kapustą kiszona 250 g (składniki: wieprzowina szynka 34 %, kapusta kiszona 34 %, makaron 24 % (pszenica), cebula, olej, sól, pieprz) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Bieluch 150 g (z mleka)</p>	<p>Obiad - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 61 %, marchew, pietruszka korzeń, seler korzeń, por, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz) - makaron z mięsem w sosie jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 43 %, makaron 30 % (pszenica), olej, cebula 4 %, mąka pszenna, marchew 4 %, pietruszka korzeń 4 %, seler korzeń 4 %, sól, pieprz, natka pietruszki) - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p> <p>Podwieczorek - Bieluch 150 g (z mleka)</p>

<p>Kolacja - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 10 g, (z mleka) - polędwica sopocka 30 g (soja) - sałata 10 g, - pomidor 30 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - mozzarella 50 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka pszenna, mąka żytnia, drożdże, sól) - masło 15 g, (z mleka) - mozzarella 50 g (z mleka) - sałata 10 g, - pomidor 50 g - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>	<p>Kolacja - Bułka 90 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 15 g, (z mleka) - polędwica sopocka 50 g (soja) - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97 %, cukier, herbata czarna 1%)</p>
<p>Nocny posiłek - Mus warzywno- owocowy 100 g</p> <p>Wartości z dnia: 1351,6 kcal B: 65,6 g; W: 169,2 g (w tym cukry: 18,7 g); Bł: 14,3 g; T: 48,9 g (w tym nasycone: 23,7 g); Sól: 2,9 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 2255,1 kcal B: 104,9 g; W: 273,2 g (w tym cukry: 18,9 g); Bł: 18,4 g; T: 86,4 g (w tym nasycone: 40,9 g); Sól: 5,7 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 2255,1 kcal B: 104,9 g; W: 273,2 g (w tym cukry: 18,9 g); Bł: 18,4 g; T: 86,4 g (w tym nasycone: 40,9 g); Sól: 5,7 g</p>	<p>Nocny posiłek - Bułka 50 g, (składniki: mąka pszenna, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz- grafitowy mąka żytnia, pszenna, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól,) - masło 5 g (z mleka) - polędwica sopocka 20 g (soja)</p> <p>Wartości z dnia: 2039,4 kcal B: 100,5 g; W: 258,8 g (w tym cukry: 23,3 g); Bł: 17,7 g; T: 70,6 g (w tym nasycone: 34,1 g); Sól: 5,5 g</p>

Jadłospis może ulec zmianie

UWAGA:

1. Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w zakładzie, których śladowe i ilości mogą zanieczyszczać wyroby gotowe: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki jaja, ryby, orzeszki ziemne, orzeszki arachidowe, orzechy (migdał, orzech laskowy, orzech włoski, nerkowiec, orzech, orzech pekan, orzech brazylijski, pistacja, orzech pistacjowy, orzech makadamia), seler gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki i siarczyny, łubin, mięczaki
2. Z przyczyn obiektywnych i niezależnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawanych warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowanych. Zmiany mogą dotyczyć również pieczywa, wędlin i produktów mlecznych.
3. Szczegółowy wykaz wszystkich składników produktów spożywczych i dań dostępny na życzenie u pielęgniarki oddziałowej.

Sporządził dietetyk

