Jadłospis
na dzień 12.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 50 g **(soja)**, - jajko ½ sztuki (składniki: **jajo kurze całe** 100 %), - sałata 10 g, - papryka 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - polędwica sopocka 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 50 g **(soja)**, - polędwica sopocka 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - polędwica sopocka 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól) - masło 15 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 50 g **(soja)**, - jajko ½ sztuki (składniki: **jajo kurze całe** 100 %), - sałata 10 g, - papryka 50 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 58 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, żurek koncentrat 15 % (mąka **żytnia**), czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałatka z ogórka kiszonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 83%, marchew, cebula, olej rzepakowy, pieprz), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 58 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, żurek koncentrat 15 % (mąka **żytnia**), czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - sałatka z ogórka kiszonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 83%, marchew, cebula, olej rzepakowy, pieprz), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel b/c 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)
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, - 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)** **Wartości z dnia:** **2209,6 kcal; B: 104,1 g; W: 318,9 g (w tym cukry: 66,0 g); Bł: 24,2 g; T: 62,1 g (w tym nasycone: 30,2 g); Sól: 9,0 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2136,2 kcal; B: 103,3 g; W: 320,0 g (w tym cukry: 68,5 g); Bł: 23,2 g; T: 53,5 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 7,0 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)** **Wartości z dnia:** **1946,7 kcal; B: 103,0 g; W: 319,8 g (w tym cukry: 68,3 g); Bł: 23,2 g; T: 32,6 g (w tym nasycone: 11,9 g); Sól: 7,0 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2136,2 kcal; B: 103,3 g; W: 320,0 g (w tym cukry: 68,5 g); Bł: 23,2 g; T: 53,5 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 7,0 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:** **2110,3 kcal; B: 97,8 g; W: 305,3 g (w tym cukry: 61,2 g); Bł: 38,5 g; T: 63,0 g (w tym nasycone: 30,3 g); Sól: 9,1 g**

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 12.04.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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 30 g **(soja)**, - polędwica sopocka 15 g **(soja)**, - sałata 10 g, - papryka 30 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - jajko ½ sztuki (składniki: **jajo kurze całe** 100 %), - sałata 10 g, - papryka 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - jajko ½ sztuki (składniki: **jajo kurze całe** 100 %), - sałata 10 g, - papryka 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - polędwica sopocka 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa ziemniaczana 200 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie jarzynowym 50 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 75 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 75 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g	**Obiad** - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 58 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, żurek koncentrat 15 % (mąka **żytnia**), czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałatka z ogórka kiszonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 83%, marchew, cebula, olej rzepakowy, pieprz), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zalewajka z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 58 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, żurek koncentrat 15 % (mąka **żytnia**), czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałatka z ogórka kiszonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 83%, marchew, cebula, olej rzepakowy, pieprz), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie jarzynowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, **jaja kurze całe**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, mąka **pszenna**, cebula, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Kisiel 100 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)
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	**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, 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 - 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)** **Wartości z dnia:** **1401,0 kcal; B: 72,3 g;** **W: 197,0 g (w tym cukry: 43,9 g);** **Bł: 14,5 g; T: 38,8 g (w tym nasycone: 21,7 g); Sól: 5,2 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2197,3 kcal; B: 102,9 g;** **W: 316,6 g (w tym cukry: 66,6 g);** **Bł: 23,1 g; T: 62,1 g (w tym nasycone: 30,2 g); Sól: 8,7 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2197,3 kcal; B: 102,9 g;** **W: 316,6 g (w tym cukry: 66,6 g);** **Bł: 23,1 g; T: 62,1 g (w tym nasycone: 30,2 g); Sól: 8,7 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2136,2 kcal; B: 103,3 g;** **W: 320,0 g (w tym cukry: 68,5 g);** **Bł: 23,2 g; T: 53,5 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 7,0 g**

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 13.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - ser żółty 50 g **(z mleka)**, - schab pieczony 25 g, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - wędlina drobiowa 25 g **(seler)** - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - schab pieczony 50 g, - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kotlet z fileta z piersi kurczaka 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 71 %, bułka tarta **(pszenica)**, **jaja kurze całe**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi kurczaka w sosie koperkowym 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 83 %, koper 8%, mąka **pszenna,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka 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%)	**Obiad** - Krupnik z ryżu 300 g (składniki: ryż 35 %, marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi kurczaka w sosie koperkowym 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 83 %, koper 8%, mąka **pszenna,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka 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%)	**Obiad** - Krupnik z ryżu 300 g (składniki: ryż 35 %, marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi kurczaka w sosie koperkowym 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 83 %, koper 8%, mąka **pszenna,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka 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%)	**Obiad** - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi kurczaka w sosie koperkowym 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 83 %, koper 8%, mąka **pszenna,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60%, jogurt naturalny 40% **(z mleka)**), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**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, 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%)	**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, - 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)**, - 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 - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2038,7 kcal; B: 97,3 g;** **W: 271,8 g (w tym cukry: 33,6 g);** **Bł: 25,3 g; T: 67,9 g (w tym nasycone: 31,1 g); Sól: 6,3 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **1821,0 kcal; B: 89,0 g;** **W: 275,8 g (w tym cukry: 33,1 g);** **Bł: 21,7 g; T: 44,7 g (w tym nasycone: 23,6 g); Sól: 5,1 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **1769,4 kcal; B: 84,2 g;** **W: 294,8 g (w tym cukry: 33,5 g);** **Bł: 22,6 g; T: 32,9 g (w tym nasycone: 9,9 g); Sól: 5,1 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **1814,8 kcal; B: 83,7 g;** **W: 287,0 g (w tym cukry: 33,6 g);** **Bł: 22,4 g; T: 41,6 g (w tym nasycone: 22,7 g); Sól: 5,0 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1753,8 kcal; B: 101,7 g;** **W: 244,5 g (w tym cukry: 35,1 g);** **Bł: 35,1 g; T: 48,3 g (w tym nasycone: 22,6 g); Sól: 7,2 g**

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 13.04.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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 sopocka 30 g **(soja)**, - wędlina drobiowa 15 g **(seler)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 15 g, - pomidor 15 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 żółty 50 g **(z mleka)**, - schab pieczony 25 g, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 żółty 50 g **(z mleka)**, - schab pieczony 25 g, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Lane kluski na rosole 200 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi kurczaka w sosie koperkowym 50 g (składniki: filet z piersi kurczaka 83 %, koper 8%, mąka **pszenna,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól), - sałata z jogurtem 75 g (składniki: sałata 60%, jogurt naturalny 40% **(z mleka)**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kotlet z fileta z piersi kurczaka 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 71 %, bułka tarta **(pszenica)**, **jaja kurze całe**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kotlet z fileta z piersi kurczaka 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 71 %, bułka tarta **(pszenica)**, **jaja kurze całe**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Lane kluski na rosole 300 g (składniki: marchew, mąka **pszenna** 16 %, **jaja kurze całe** 15%, kurczak 11%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, natka pietruszki, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi kurczaka w sosie koperkowym 100 g (składniki: filet z piersi kurczaka 83 %, koper 8%, mąka **pszenna,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka 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%)

Podwieczorek - Budyń 100 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)
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, - 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)**, - wędlina drobiowa 50 g **(seler)**, - 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)**, - 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, 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 - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **1160,4 kcal; B: 53,4 g;** **W: 179,1 g (w tym cukry: 22,7 g);** **Bł: 16,0 g; T: 29,0 g (w tym nasycone: 15,3 g); Sól: 3,1 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2026,4 kcal; B: 96,0 g;** **W: 269,4 g (w tym cukry: 34,2 g);** **Bł: 24,2 g; T: 67,8 g (w tym nasycone: 31,0 g); Sól: 6,0 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2026,4 kcal; B: 96,0 g;** **W: 269,4 g (w tym cukry: 34,2 g);** **Bł: 24,2 g; T: 67,8 g (w tym nasycone: 31,0 g); Sól: 6,0 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **1821,0 kcal; B: 89,0 g;** **W: 275,8 g (w tym cukry: 33,1 g);** **Bł: 21,7 g; T: 44,7 g (w tym nasycone: 23,6 g); Sól: 5,1 g**

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 14.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - twarożek 80 g (składniki: ser biały 88% **(z mleka)**, jogurt naturalny **(z mleka)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - twarożek 80 g (składniki: ser biały 88% **(z mleka)**, jogurt naturalny **(z mleka)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - duszona wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 91 %, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 95 %, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 58%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń,** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 95 %, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 95 %, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 95 %, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - surówka z marchwi 100 g (składniki: marchew 99 %, sok z cytryny), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**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, 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, - 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%, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), masło 5 g **(z mleka)**, wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **2067,3 kcal; B: 91,4 g; W: 288,0 g (w tym cukry: 59,7 g); Bł: 27,2 g; T: 67,0 g (w tym nasycone: 31,1 g); Sól: 5,4 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:** **1996,2 kcal; B: 90,4 g; W: 292,8 g (w tym cukry: 58,0 g); Bł: 24,0 g; T: 56,7 g (w tym nasycone: 30,1 g); Sól: 4,6 g**	**Nocny posiłek** - Bułka 50 g (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól), wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **1806,7 kcal; B: 90,2 g; W: 292,6 g (w tym cukry: 57,8 g); Bł: 24,0 g; T: 35,8 g (w tym nasycone: 12,8 g); Sól: 4,6 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:** **1996,2 kcal; B: 90,4 g; W: 292,8 g (w tym cukry: 58,0 g); Bł: 24,0 g; T: 56,7 g (w tym nasycone: 30,1 g); Sól: 4,6 g**	**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:** **1900,3 kcal; B: 86,1 g; W: 272,9 g (w tym cukry: 39,4 g); Bł: 39,3 g; T: 61,0 g (w tym nasycone: 29,3 g); Sól: 5,7 g**

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 14.04.2025

oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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)**, - twarożek 40 g (składniki: ser biały 88% **(z mleka)**, jogurt naturalny **(z mleka)**), - wędlina drobiowa 15 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 30 g, - herbata 250 g	**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)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**), - wędlina drobiowa 25 g **(seler)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa koperkowa z ziemniakami 200 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowana wieprzowina w sosie 50 g (składniki: wieprzowina szynka 95 %, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 100 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 75 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 75 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - duszona wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 91 %, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - duszona wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 91 %, mąka **pszenna**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa koperkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 55%, marchew, pietruszka korzeń, koper 6%, **seler korzeń**, śmietana **(z mleka),** sól, pieprz, przyprawa warzywna), - gotowana wieprzowina w sosie 100 g (składniki: wieprzowina szynka 95 %, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - kasza jęczmienna 150 g (składniki: kasza jęczmienna 99% **(jęczmień)**, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Podwieczorek - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 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)**, - polędwica sopocka 30 g **(soja)**, - sałata 10 g, - papryka 30 g, - herbata 250 g	**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, 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%)
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:** **1321,2 kcal; B: 55,2 g;** **W: 199,3 g (w tym cukry: 41,7 g);** **Bł: 17,5 g; T: 37,5 g (w tym nasycone: 20,2 g); Sól: 3,1 g**	**Nocny posiłek** - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), masło 5 g **(z mleka)**, wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **2055,0 kcal; B: 90,2 g;** **W: 285,6 g (w tym cukry: 60,3 g);** **Bł: 26,2 g; T: 67,0 g (w tym nasycone: 31,1 g); Sól: 5,1 g**	**Nocny posiłek** - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), masło 5 g **(z mleka)**, wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **2055,0 kcal; B: 90,2 g;** **W: 285,6 g (w tym cukry: 60,3 g);** **Bł: 26,2 g; T: 67,0 g (w tym nasycone: 31,1 g); Sól: 5,1 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:** **1996,2 kcal; B: 90,4 g;** **W: 292,8 g (w tym cukry: 58,0 g);** **Bł: 24,0 g; T: 56,7 g (w tym nasycone: 30,1 g); Sól: 4,6 g**

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 15.04.2025
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
Śniadanie - 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: marchew, soczewica 26 %, cebula, jaja kurze całe, bułka tarta (pszenica), olej rzepakowy, pietruszka natka, czosnek), - sałata 10 g, - pomidor 25 g, - ogórek zielony 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - mozzarella w zalewie 30 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 50 g **(soja)**, - polędwica sopocka 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - mozzarella w zalewie 30 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - 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, - pomidor 25 g, - ogórek zielony 25 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie 100 g (składniki: wołowina 83%, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, sól, pieprz, czosnek, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73%, jabłko, cebula, sok z cytryny, olej rzepakowy, sól, pieprz), - surówka z marchwi 100 g (składniki: marchew 99%, sok z cytryny), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie (mięso gotowane) 100 g (mięso gotowane) 100 g (składniki: wołowina 91%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 38 %, marchew, ryż 22 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie (mięso gotowane) 100 g (mięso gotowane) 100 g (składniki: wołowina 91%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie (mięso gotowane) 100 g (mięso gotowane) 100 g (składniki: wołowina 91%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie (mięso gotowane) 100 g (mięso gotowane) 100 g (składniki: wołowina 91%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73%, jabłko, cebula, sok z cytryny, olej rzepakowy, sól, pieprz), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (25 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Serek 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, - 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 - Sok pomidorowy 300 g	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g	**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 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** - Sok pomidorowy 300 g
Wartości z dnia: **2158,4 kcal; B: 83,3 g;** **W: 311,4 g (w tym cukry: 69,9 g);** **Bł: 28,0 g; T: 71,2 g (w tym nasycone: 30,6 g); Sól: 10,0 g**	**Wartości z dnia:** **1855,7 kcal; B: 79,7 g;** **W: 287,1 g (w tym cukry: 74,5 g);** **Bł: 24,3 g; T: 48,1 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 9,5 g**	**Wartości z dnia:** **1781,6 kcal; B: 84,6 g;** **W: 316,0 g (w tym cukry: 56,9 g);** **Bł: 22,2 g; T: 24,4 g (w tym nasycone: 6,5 g); Sól: 8,9 g**	**Wartości z dnia:** **1961,5 kcal; B: 85,2 g;** **W: 296,5 g (w tym cukry: 43,3 g);** **Bł: 21,7 g; T: 52,6 g (w tym nasycone: 28,7 g); Sól: 8,9 g**	**Wartości z dnia:** **1766,5 kcal; B: 87,1 g;** **W: 239,9 g (w tym cukry: 45,9 g);** **Bł: 35,3 g; T: 58,6 g (w tym nasycone: 30,9 g); Sól: 9,3 g**

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 15.04.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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 30 g **(soja)**, - mozzarella w zalewie 20 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - pomidor 15 g, - ogórek zielony 15 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 50 g **(soja)**, - 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%)	**Śniadanie** - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 50 g **(soja)**, - 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%)	**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)**, - mozzarella w zalewie 30 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa kalafiorowa z ryżem 200 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie (mięso gotowane) 50 g (składniki: wołowina 91%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól), - cukinia z pieca 75 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie 100 g (składniki: wołowina 83%, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, sól, pieprz, czosnek, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73%, jabłko, cebula, sok z cytryny, olej rzepakowy, sól, pieprz), - surówka z marchwi 100 g (składniki: marchew 99%, sok z cytryny), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie 100 g (składniki: wołowina 83%, olej rzepakowy, cebula, mąka **pszenna**, sól, pieprz, czosnek, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z czerwonej kapusty 100 g (składniki: kapusta czerwona 73%, jabłko, cebula, sok z cytryny, olej rzepakowy, sól, pieprz), - surówka z marchwi 100 g (składniki: marchew 99%, sok z cytryny), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Zupa kalafiorowa z ryżem 300 g (składniki: kalafior 35 %, marchew, ryż 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, śmietana **(z mleka)**, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna) - bitka wołowa w sosie (mięso gotowane) 100 g (mięso gotowane) 100 g (składniki: wołowina 91%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - 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 roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 100%)	**Podwieczorek** - Rogal drożdżowy z kruszonką (1 sztuka) (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, sól, drożdże, cukier, masa jajowa **(jaja kurze całe)**) z musem brzoskwiniowym (50 g) (składniki: dżem brzoskwiniowy 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)**, - polędwica sopocka 30 g **(soja)**, - 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)**, - mozzarella 50 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)**, - 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, - polędwica sopocka 50 g **(soja)**, - sałata 10 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1291,1 kcal; B: 50,7 g;** **W: 206,3 g (w tym cukry: 59,1 g);** **Bł: 18,2 g; T: 33,0 g (w tym nasycone: 17,6 g); Sól: 6,4 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2052,4 kcal; B: 79,8 g;** **W: 292,9 g (w tym cukry: 69,0 g);** **Bł: 26,7 g; T: 68,1 g (w tym nasycone: 30,3 g); Sól: 10,0 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2052,4 kcal; B: 79,8 g;** **W: 292,9 g (w tym cukry: 69,0 g);** **Bł: 26,7 g; T: 68,1 g (w tym nasycone: 30,3 g); Sól: 10,0 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1855,7 kcal; B: 79,7 g;** **W: 287,1 g (w tym cukry: 74,5 g);** **Bł: 24,3 g; T: 48,1 g (w tym nasycone: 25,9 g); Sól: 9,5 g**

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 16.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - pasta jajeczna z twarogiem 120 g (składniki: ser biały 50 % **(z mleka)**, **jaja kurze całe** 46 %, jogurt naturalny **(z mleka)**) - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 50 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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, - ser biały 50 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 50 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 50 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - pasta jajeczna z twarogiem 120 g (składniki: ser biały 50 % **(z mleka)**, **jaja kurze całe** 46 %, jogurt naturalny **(z mleka)**) - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 50 %, ogórki kiszone 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, śmietana **(z mleka)** przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron pełnoziarnisty z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron pełnoziarnisty 33 % (mąka **pszenna pełnoziarnista, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Wafle ryżowe (20 g) z hummusem (50 g) (składniki: soczewica 40%, marchew, pietruszka korzeń, olej rzepakowy)

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%)	**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, - papryka 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 drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2088,3 kcal; B: 100,2 g;** **W: 298,5 g (w tym cukry: 23,5 g);** **Bł: 21,6 g; T: 59,3 g (w tym nasycone: 29,9 g); Sól: 6,8 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)**, polędwica drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1958,8 kcal; B: 91,6 g;** **W: 288,5 g (w tym cukry: 21,9 g);** **Bł: 18,4 g; T: 52,5 g (w tym nasycone: 27,0 g); Sól: 5,1 g**	**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)** **Wartości z dnia:** **1804,3 kcal; B: 92,4 g;** **W: 295,8 g (w tym cukry: 22,0 g);** **Bł: 18,6 g; T: 31,8 g (w tym nasycone: 9,7 g); Sól: 5,2 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)**, polędwica drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1958,8 kcal; B: 91,6 g;** **W: 288,5 g (w tym cukry: 21,9 g);** **Bł: 18,4 g; T: 52,5 g (w tym nasycone: 27,0 g); Sól: 5,1 g**	**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:** **1980,8 kcal; B: 98,6 g;** **W: 281,2 g (w tym cukry: 20,4 g);** **Bł: 43,1 g; T: 60,8 g (w tym nasycone: 28,9 g); Sól: 5,6 g**

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 16.04.2025

oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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)**, - ser biały 30 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 30 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - pasta jajeczna z twarogiem 120 g (składniki: ser biały 50 % **(z mleka)**, **jaja kurze całe** 46 %, jogurt naturalny **(z mleka)**) - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - pasta jajeczna z twarogiem 120 g (składniki: ser biały 50 % **(z mleka)**, **jaja kurze całe** 46 %, jogurt naturalny **(z mleka)**) - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 50 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Zupa ziemniaczana 200 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 150 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 100 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 50 %, ogórki kiszone 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, śmietana **(z mleka)** przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ogórkowa z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 50 %, ogórki kiszone 20 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, śmietana **(z mleka)** przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)	**Obiad** - Zupa ziemniaczana 300 g (składniki: ziemniaki 65 %, marchew, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - makaron z mięsem i sosem jarzynowym 250 g (składniki: wieprzowina szynka 48 %, makaron 33 % (mąka **pszenna, jaja kurze całe**), marchew, **seler korzeń**, pietruszka korzeń, mąka **pszenna**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Ryż z jabłkiem 150 g (składniki: ryż biały 54%, jabłko 46%)

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, - 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)**, - polędwica sopocka 50 g **(soja)**, - 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)**, - polędwica sopocka 50 g **(soja)**, - 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)**, - polędwica sopocka 50 g **(soja)**, - 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)**, polędwica drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1401,3 kcal; B: 63,7 g;** **W: 210,1 g (w tym cukry: 18,6 g);** **Bł: 15,6 g; T: 37,2 g (w tym nasycone: 19,1 g); Sól: 3,4 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)**, polędwica drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2076,0 kcal; B: 99,0 g;** **W: 296,2 g (w tym cukry: 24,1 g);** **Bł: 20,5 g; T: 59,3 g (w tym nasycone: 29,9 g); Sól: 6,5 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)**, polędwica drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **2076,0 kcal; B: 99,0 g;** **W: 296,2 g (w tym cukry: 24,1 g);** **Bł: 20,5 g; T: 59,3 g (w tym nasycone: 29,9 g); Sól: 6,5 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)**, polędwica drobiowa 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1958,8 kcal; B: 91,6 g;** **W: 288,5 g (w tym cukry: 21,9 g);** **Bł: 18,4 g; T: 52,5 g (w tym nasycone: 27,0 g); Sól: 5,1 g**

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 17.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - polędwica sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja kurze całe**, marchew, cebula, kasza manna **(pszenica)**, bułka tarta **(pszenica)**, olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma), - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja 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%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja 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%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja 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%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - polędwica sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja kurze całe**, marchew, cebula, kasza manna **(pszenica)**, bułka tarta **(pszenica)**, olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma), - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - kotlet mielony 100 g (składniki: wieprzowina szynka 65 % jaja kurze całe, bułka tarta **(pszenica)**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, olej, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 82 %, jogurt naturalny 9 % **(z mleka),** śmietana 8 % **(z mleka),** sól, pieprz), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy),	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jaja kurze całe, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60%, jogurt naturalny 40% **(z mleka)**), - herbata 250 g (składniki: woda	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jaja kurze całe, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60%, jogurt naturalny 40% **(z mleka)**), - herbata 250 g (składniki: woda	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jaja kurze całe, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałata z jogurtem 100 g (składniki: sałata 60%, jogurt naturalny 40% **(z mleka)**), - herbata 250 g (składniki: woda	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jaja kurze całe, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 82 %, jogurt naturalny 9 % **(z mleka),** śmietana 8 % **(z mleka),** sól, pieprz), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 70 %,

- herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	marchew, olej rzepakowy, sok z cytryny), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%) **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 35 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), masło 5 g **(z mleka)**, wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **2112,7 kcal; B: 111,2 g;** **W: 272,2 g (w tym cukry: 43,2 g);** **Bł: 21,7 g; T: 68,9 g (w tym nasycone: 32,0 g); Sól: 6,1 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:** **2059,8 kcal; B: 111,3 g;** **W: 281,9 g (w tym cukry: 44,2 g);** **Bł: 19,5 g; T: 58,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 5,6 g**	**Nocny posiłek** - Bułka 50 g (składniki: mąka **pszenna**, margaryna roślinna, olej rzepakowy, spulchniacz – grafitowy, mąka **żytnia pszenna**, kwas askorbinowy, cukier, drożdże, sól), wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **1870,3 kcal; B: 111,1 g;** **W: 281,7 g (w tym cukry: 44,0 g);** **Bł: 19,5 g; T: 37,2 g (w tym nasycone: 11,9 g); Sól: 5,6 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:** **2059,8 kcal; B: 111,3 g;** **W: 281,9 g (w tym cukry: 44,2 g);** **Bł: 19,5 g; T: 58,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 5,6 g**	**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:** **1921,3 kcal; B: 99,2 g;** **W: 262,5 g (w tym cukry: 26,6 g);** **Bł: 37,2 g; T: 60,6 g (w tym nasycone: 27,7 g); Sól: 6,3 g**

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 17.04.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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 sopocka 30 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 25 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja 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%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja kurze całe**, marchew, cebula, kasza manna **(pszenica)**, bułka tarta **(pszenica)**, olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma), - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja kurze całe**, marchew, cebula, kasza manna **(pszenica)**, bułka tarta **(pszenica)**, olej, czosnek, natka pietruszki, sól, pieprz, papryka słodka, kurkuma), - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 sopocka 50 g **(soja)**, - pasztet z cukinii 50 g (składniki: cukinia 42 %, **jaja 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%)
Obiad - Krupnik z kaszy jaglanej 200 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie koperkowym 50 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jaja kurze całe, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 75 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - sałata z jogurtem 75 g (składniki: sałata 60%, jogurt naturalny 40% **(z mleka)**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - kotlet mielony 100 g (składniki: wieprzowina szynka 65 % jaja kurze całe, bułka tarta **(pszenica)**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, olej, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 82 %, jogurt naturalny 9 % **(z mleka),** śmietana 8 % **(z mleka),** sól, pieprz), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier,	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - kotlet mielony 100 g (składniki: wieprzowina szynka 65 % jaja kurze całe, bułka tarta **(pszenica)**, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, olej, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - mizeria z ogórka i śmietany 100 g (składniki: ogórek zielony 82 %, jogurt naturalny 9 % **(z mleka),** śmietana 8 % **(z mleka),** sól, pieprz), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier,	**Obiad** - Krupnik z kaszy jaglanej 300 g (składniki: marchew 33 %, kasza jaglana 31%, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, przyprawa warzywna, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie), - pulpet w sosie koperkowym 100 g (składniki: wieprzowina szynka 63 %, jaja kurze całe, bułka pszenna (mąka **pszenna**, mąka **żytnia pszenna**), cebula, koperek 6%, przyprawa warzywna, sól, pieprz), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 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%)

Podwieczorek - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**	**Podwieczorek** - Serek homogenizowany waniliowy 150 g **(z mleka)**
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%)	**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** - 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%)
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:** **1394,8 kcal; B: 77,2 g;** **W: 186,5 g (w tym cukry: 37,2 g);** **Bł: 12,4 g; T: 40,3 g (w tym nasycone: 21,2 g); Sól: 3,7 g**	**Nocny posiłek** - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), masło 5 g **(z mleka)**, wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **2100,4 kcal; B: 109,9 g;** **W: 269,8 g (w tym cukry: 43,8 g);** **Bł: 20,6 g; T: 68,8 g (w tym nasycone: 32,0 g); Sól: 5,8 g**	**Nocny posiłek** - Chleb foremkowy 35 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), masło 5 g **(z mleka)**, wędlina drobiowa 20 g **(seler)** **Wartości z dnia:** **2100,4 kcal; B: 109,9 g;** **W: 269,8 g (w tym cukry: 43,8 g);** **Bł: 20,6 g; T: 68,8 g (w tym nasycone: 32,0 g); Sól: 5,8 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:** **2059,8 kcal; B: 111,3 g;** **W: 281,9 g (w tym cukry: 44,2 g);** **Bł: 19,5 g; T: 58,0 g (w tym nasycone: 29,2 g); Sól: 5,6 g**

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 18.04.2025
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
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 kaszą manną 250 g (składniki: **mleko** 2% - 89%, kasza manna – 11% **(pszenica)**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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, - mozzarella w zalewie 30 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%)	**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, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - 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%)	**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)**, - mozzarella w zalewie 30 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%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - jajko 1 sztuka, - mozzarella w zalewie 30 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - pomidor 25 g, - papryka 25 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - smażony filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 72 %, **jaja kurze całe**, bułka tarta **(pszenica)**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - gotowany filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 99%, pieprz, przyprawa warzywna, sok z cytryny), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 45 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - gotowany filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 99%, pieprz, przyprawa warzywna, sok z cytryny), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - gotowany filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 99%, pieprz, przyprawa warzywna, sok z cytryny), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - gotowany filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 99%, pieprz, przyprawa warzywna, sok z cytryny), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Podwieczorek** - Kisiel b/c 200 g(składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)
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, - ogórek zielony 50 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2351,0 kcal; B: 95,9 g;** **W: 373,0 g (w tym cukry: 110,1 g);** **Bł: 26,6 g; T: 60,6 g (w tym nasycone: 31,0 g); Sól: 6,4 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2262,5 kcal; B: 90,7 g;** **W: 368,4 g (w tym cukry: 111,2 g);** **Bł: 24,1 g; T: 54,5 g (w tym nasycone: 30,7 g); Sól: 5,4 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2003,7 kcal; B: 88,8 g;** **W: 367,3 g (w tym cukry: 110,8 g);** **Bł: 24,1 g; T: 27,1 g (w tym nasycone: 11,0 g); Sól: 5,5 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2206,4 kcal; B: 100,9 g;** **W: 349,8 g (w tym cukry: 82,4 g);** **Bł: 23,8 g; T: 52,0 g (w tym nasycone: 30,6 g); Sól: 6,4 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1987,7 kcal; B: 93,9 g;** **W: 271,2 g (w tym cukry: 37,9 g);** **Bł: 25,8 g; T: 64,0 g (w tym nasycone: 25,8 g); Sól: 5,7 g**

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 18.04.2025

oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
Śniadanie - Bułki 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 - mozzarella w zalewie 20 g **(z mleka)**, - zupa mleczna z kaszą manną 200 g 11% **(pszenica)**), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 żółty 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%)	**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 żółty 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%)	**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, - mozzarella w zalewie 30 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%)
Obiad - Barszcz czerwony z ziemniakami 200 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - gotowany filet z dorsza 50 g (składniki: **dorsz** filet 99%, pieprz, przyprawa warzywna, sok z cytryny), - ryż 100 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 100 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Kisiel 100 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - smażony filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 72 %, **jaja kurze całe**, bułka tarta **(pszenica)**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - smażony filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 72 %, **jaja kurze całe**, bułka tarta **(pszenica)**, olej rzepakowy, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)	**Obiad** - Barszcz czerwony z ziemniakami 300 g (składniki: ziemniaki 43 %, buraki 25%, marchew, pietruszka korzeń , **seler korzeń**, por, cebula, śmietana **(z mleka)**, koncentrat barszczu, koncentrat pomidorowy, sól, pieprz, majeranek, przyprawa warzywna), - gotowany filet z dorsza 100 g (składniki: **dorsz** filet 99%, pieprz, przyprawa warzywna, sok z cytryny), - ryż 150 g (składniki: ryż 99%, sól), - sos grecki 200 g (składniki: marchew 43 %, **seler korzeń** 21 % pietruszka korzeń 21 %, por, cebula, koncentrat pomidorowy, olej), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Kisiel 200 g (składniki: woda, kisiel w proszku 8 %)

Kolacja - Bułki 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** - 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, 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 - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **1488,4 kcal; B: 63,9 g;** **W: 235,4 g (w tym cukry: 69,7 Bł: 16,0 g;** **T: 37,2 g (w tym nasycone: 21,7 Sól: 4,0**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2338,7 kcal; B: 94,7 g;** **W: 370,6 g (w tym cukry: 110,7 g);** **Bł: 25,5 g; T: 60,6 g (w tym nasycone: 31,0 g); Sól: 6,1 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2338,7 kcal; B: 94,7 g;** **W: 370,6 g (w tym cukry: 110,7 g);** **Bł: 25,5 g; T: 60,6 g (w tym nasycone: 31,0 g); Sól: 6,1 g**	**Nocny posiłek** - Mus warzywno-owocowy (dynia-jabłko – banan) 100 g **Wartości z dnia:** **2262,5 kcal; B: 90,7 g;** **W: 368,4 g (w tym cukry: 111,2 g);** **Bł: 24,1 g; T: 54,5 g (w tym nasycone: 30,7 g); Sól: 5,4 g**

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 19.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - twarożek 80 g **(z mleka)**, - mozzarella 25 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - twarożek 80 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól) - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - sałatka z ogórka kiszonego 100 g (składniki: ogórek kiszony 83%, marchew, cebula, olej rzepakowy, pieprz), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Podwieczorek** - Jabłko 1 sztuka
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%)	**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 - 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)**, - 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 - 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)** **Wartości z dnia:** **1972,9 kcal; B: 88,6 g;** **W: 301 g (w tym cukry: 68,8 g);** **Bł: 29,6 g; T: 52,4 g (w tym nasycone: 29,8 g); Sól: 5,4 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1876,6 kcal; B: 85,3 g;** **W: 292,5 g (w tym cukry: 67.7 g);** **Bł: 26,6 g; T: 64,2 g (w tym nasycone: 25,8 g); Sól: 4,8 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)** **Wartości z dnia:** **1709,2 kcal; B: 85,2 g;** **W: 297,1 g (w tym cukry: 71,8 g);** **Bł: 27,0 g; T: 25,7 g (w tym nasycone: 8,7 g); Sól: 4,8 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1876,6 kcal; B: 85,3 g;** **W: 292,5 g (w tym cukry: 67.7 g);** **Bł: 26,6 g; T: 64,2 g (w tym nasycone: 25,8 g); Sól: 4,8 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:** **1750,1 kcal; B: 82,8 g;** **W: 263,8 g (w tym cukry: 41,7 g);** **Bł: 40,6 g; T: 49,3 g (w tym nasycone: 24,2 g); Sól: 7,2 g**

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 19.04.2025

oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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)**, - twarożek 40 g **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 15 g **(soja)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 15 g - pomidor 15 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 **(z mleka)**, - mozzarella 25 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 **(z mleka)**, - mozzarella 25 g **(z mleka)**, - sałata 10 g, - ogórek zielony 25 g, - pomidor 25 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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 **(z mleka)**, - polędwica drobiowa 25 g **(soja)**, - sałata 10 g, - pomidor 50 g, - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Krupnik z kaszy jęczmiennej 200 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 50 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 75 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 75 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)	**Obiad** - Krupnik z kaszy jęczmiennej 300 g (składniki: marchew, kasza jęczmienna **(jęczmień)** 27%, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - gotowany filet z piersi indyka w sosie koperkowym 100 g (składniki: indyk filet 83%, koper 8%, mąka **pszenna**, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - brokuł 100 g (składniki: brokuł 99%, sól), - marchewka gotowana 100 g (składniki: marchew 99 %, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Jabłko pieczone 1 sztuka (składniki: jabłko 100%)

Kolacja - Bułka 50 g, - masło 10 g, - wędlina drobiowa 30 g, - 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1392,8 kcal; B: 54,5 g;** **W: 229,5 g (w tym cukry: 62,9 g);** **Bł: 22,1 g; T: 33,1 g (w tym nasycone: 18,6 g); Sól: 3,2 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1960,6 kcal; B: 87,4 g;** **W: 298,6 g (w tym cukry: 69,3 g);** **Bł: 28,5 g; T: 52,3 g (w tym nasycone: 29,7 g); Sól: 5,1 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1960,6 kcal; B: 87,4 g;** **W: 298,6 g (w tym cukry: 69,3 g);** **Bł: 28,5 g; T: 52,3 g (w tym nasycone: 29,7 g); Sól: 5,1 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)**, polędwica sopocka 20 g **(soja)** **Wartości z dnia:** **1876,6 kcal; B: 85,3 g;** **W: 292,5 g (w tym cukry: 67.7 g);** **Bł: 26,6 g; T: 64,2 g (w tym nasycone: 25,8 g); Sól: 4,8 g**

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 20.04.2025
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
Śniadanie - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Śniadanie** - Chleb razowy 100 g (składniki: mąka **razowa żytnia,** mąka **pszenna**, słonecznik, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Obiad - Rosół z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka pieczone 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 98 %, olej, sól, pieprz, przyprawa warzywna, papryka słodka), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy),	**Obiad** - Rosół z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka gotowane 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 99 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z ryżu 300 g (składniki: ryż 35 %, marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka gotowane 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 99 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Krupnik z ryżu 300 g (składniki: ryż 35 %, marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, pietruszka natka, sól, pieprz, liść laurowy, ziele angielskie, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka gotowane 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 99 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Rosół z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka gotowane 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 99 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata b/c 250 g (składniki: woda

- herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	99%, herbata czarna 1%) **Podwieczorek** - Jogurt naturalny 180 g **(z mleka)**
Kolacja - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - schab pieczony 50 g, - 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, - 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, - pomidor 50 g, - herbata b/c 250 g (składniki: woda 99%, herbata czarna 1%)
Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2129,9 kcal; B: 108,8 g; W: 262,5 g (w tym cukry: 45,0 g); Bł: 25,6 g; T: 77,0 g (w tym nasycone: 32,6 g); Sól: 7,8 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2053,9 kcal; B: 107,1 g; W: 255,8 g (w tym cukry: 45,0 g); Bł: 22,2 g; T: 71,5 g (w tym nasycone: 31,5 g); Sól: 6,9 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1845,9 kcal; B: 100,1 g; W: 255,6 g (w tym cukry: 42,9 g); Bł: 20,7 g; T: 51,2 g (w tym nasycone: 16,2 g); Sól: 6,8 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 **(seler)** **Wartości z dnia:** **2148,9 kcal; B: 106,3 g; W: 274,9 g (w tym cukry: 35,9 g); Bł: 18,3 g; T: 73,0 g (w tym nasycone: 33,6 g); Sól: 6,1 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1942,5 kcal; B: 102,2 g; W: 228,7 g (w tym cukry: 37,6 g); Bł: 35,5 g; T: 76,2 g (w tym nasycone: 31,4 g); Sól: 7,7 g**

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 20.04.2025
oddział dziecięcy

Dieta podstawowa (0-3 lat)	Dieta podstawowa (4-9 lat)	Dieta podstawowa (10-18 lat)	Dieta łatwostrawna (4-9 lat/10-18 lat)
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)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**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)**, - żurek 250 g (składniki: żurek koncentrat (mąka **żytnia**), marchewka, pietruszka korzeń, **seler korzeń**, por, czosnek, przyprawa warzywna, sól, pieprz, majeranek, ziele angielskie, liść laurowy), - kiełbasa śląska 1 sztuka **(soja, seler)**, - jajko malowane 1 sztuka (składniki: **jajo kurze całe** 100%), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)
Obiad - Rosół z makaronem 200 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka gotowane 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 99 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 150 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 75 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 75 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Rosół z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka pieczone 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 98 %, olej, sól, pieprz, przyprawa warzywna, papryka słodka), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Rosół z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka pieczone 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 98 %, olej, sól, pieprz, przyprawa warzywna, papryka słodka), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - surówka z kapusty pekińskiej 100 g (składniki: kapusta pekińska 68 %, marchew, jabłko, olej rzepakowy, sok z cytryny, pieprz, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)	**Obiad** - Rosół z makaronem 300 g (składniki: marchew, makaron 23 % **(**mąka **pszenna, jaja kurze całe)**, kurczak 14 %, pietruszka korzeń, **seler korzeń,** por, pietruszka natka, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - udko z kurczaka gotowane 1 sztuka (składniki: udko z kurczaka 99 %, sól, pieprz, przyprawa warzywna), - ziemniaki 250 g (składniki: ziemniaki 99 %, sól), - buraki 100 g (składniki: buraki 99%, olej, sól, kwasek cytrynowy), - cukinia z pieca 100 g (składniki: cukinia 99%, sól), - herbata 250 g (składniki: woda 97%, cukier, herbata czarna 1%)

Podwieczorek - Budyń 100 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)	**Podwieczorek** - Budyń 200 g (składniki: **mleko** 2% - 93%, budyń w proszku 7%)
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%)	**Kolacja** - Chleb 100 g (składniki: mąka **pszenna**, mąka **żytnia**, drożdże, sól), - masło 15 g **(z mleka)**, - schab pieczony 50 g, - 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)**, - schab pieczony 50 g, - 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%)
Nocny posiłek - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **1509,1 kcal; B: 80,8 g;** **W: 184,4 g (w tym cukry: 32,9 g);** **Bł: 16,7 g; T: 53,4 g (w tym nasycone: 22,1 g); Sól: 5,2 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2117,6 kcal; B: 107,6 g;** **W: 260,1 g (w tym cukry: 45,6 g);** **Bł: 24,5 g; T: 77,0 g (w tym nasycone: 32,5 g); Sól: 7,5 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2117,6 kcal; B: 107,6 g;** **W: 260,1 g (w tym cukry: 45,6 g);** **Bł: 24,5 g; T: 77,0 g (w tym nasycone: 32,5 g); Sól: 7,5 g**	**Nocny posiłek** - Sok pomidorowy 300 g **Wartości z dnia:** **2053,9 kcal; B: 107,1 g;** **W: 255,8 g (w tym cukry: 45,0 g);** **Bł: 22,2 g; T: 71,5 g (w tym nasycone: 31,5 g); Sól: 6,9 g**

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