

Jadłospis za okres od dnia 01.12.2023 do dnia 10.12.2023 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

01.12.2023 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser wiejski 100g (7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) szczypior 50g kakao 300g(1,3,5,6,7,9,10)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ser wiejski 100g (7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) szczypior 50g kakao 300g(1,3,5,6,7,9,10)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser wiejski 100g (7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) szczypior 50g kakao 300g(1,3,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) ser wiejski 100g (7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) szczypior 50g kakao 300g(1,3,5,6,7,9,10)
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) kotlet z ryby 100g(1,3,4,6,7,10) surówka z kapusty pekiń. 150g ziemniaki 200g kisiel owocowy 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) kotlet z ryby 100g(1,3,4,6,7,10) surówka z kapusty pekiń. 150g ziemniaki 200g kisiel owocowy 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) kotlet z ryby 100g(1,3,4,6,7,10) surówka z kapusty pekiń. 150g ziemniaki 200g kisiel owocowy 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) kotlet z ryby 100g(1,3,4,6,7,10) surówka z kapusty pekiń. 150g ziemniaki 200g kisiel owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Wafel kakaowy 40g(1,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2053,7 kcal/ B:95,27g/ T:51,48g / Kw.tł.nas:12,30g/ W:298,86g/W tym cukier:57,95g/ sól:5,25g / Bł:32,49g /	E:2148,7 kcal/ B:96,06g/ T:57,88g / Kw.tł.nas:11,95g/ W:310,86g/W tym cukier:60,95g/ sól:4,85g / Bł:34,56g /	E:2024,7 kcal/ B:90,06g/ T:58,48g / Kw.tł.nas:11,96g/ W:276,87g/W tym cukier:58,35g/ sól:4,45g / Bł:43,36g /	E:2554,7 kcal/ B:98,22g/ T:94,88g / Kw.tł.nas:36,95g/ W:323,58g/W tym cukier:71,83g/ sól:5,03g / Bł:34,56g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

02.12.2023 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) jajo 50g (3) szyneczka dro. 50g pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szyneczka dro. 50g pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szyneczka dro. 50g pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) jajo 50g (3) szyneczka dro. 50g pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Jogurt owocowy 150g(7)	Jogurt owocowy 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt owocowy 150g(7)
Obiad: 15:00	Zupa barszcz czerwony 300g(1,7,9,10) makaron z serem 350g(1,3,7) kompot truskawkowy 250g	Zupa barszcz czerwony 300g(1,7,9,10) makaron z serem 350g(1,3,7) kompot truskawkowy 250g	Zupa barszcz czerwony 300g(1,7,9,10) makaron z serem 350g(1,3,7) kompot truskawkowy 250g	Zupa barszcz czerwony 300g(1,7,9,10) makaron z serem 350g(1,3,7) kompot truskawkowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser mleczny 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2120,8 kcal/ B:95,15g/ T:52,49g / Kw.tł.nas:11,35g/ W:302,39g/W tym cukier:38,82g/ sól:6,35g / Bł:28,21g /	E:2198,9 kcal/ B:92,72g/ T:52,72g / Kw.tł.nas:12,93g/ W:326,89g/W tym cukier:42,32g/ sól:6,63g / Bł:28,56g /	E:2142,3 kcal/ B:89,96g/ T:61,42g / Kw.tł.nas:17,83g/ W:285,10g/W tym cukier:45,35g/ sól:6,84g / Bł:32,61g /	E:2495,4 kcal/ B:98,29g/ T:79,97g / Kw.tł.nas:32,63g/ W:330,91g/W tym cukier:52,38g/ sól:6,42g / Bł:28,58g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

03.12.2023 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) szynka delikatesowa dro. 50g papryka czerwona 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) szynka delikatesowa dro. 50g papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) szynka delikatesowa dro. 50g papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) twarożek 50g (7) szynka delikatesowa dro. 50g papryka czerwona 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9) gulasz wieprz.w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza jęczmienna 300g(1,7,9,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9) gulasz wieprz.w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza jęczmienna 300g(1,7,9,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9) gulasz wieprz.w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza jęczmienna 300g(1,7,9,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9) gulasz wieprz.w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza jęczmienna 300g(1,7,9,10) herbata owocowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Budyń 250g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2031,9kcal/ B:84,86g/ T:42,45g / Kw.tł.nas:13,29g/ W:328,57g/W tym cukier:69,08g/ sól:6,19g / Bł:34,49g /	E:2225,9 kcal/ B:85,66g/ T:59,85g / Kw.tł.nas:13,09g/ W:340,57g/W tym cukier:72,08g/ sól:5,79g / Bł:40,90g /	E:2101,9 kcal/ B:79,66g/ T:60,45g / Kw.tł.nas:13,09g/ W:306,57g/W tym cukier:69,48g/ sól:5,39g / Bł:49,70g /	E:2565,3kcal/ B:89,94g/ T:88,10g / Kw.tł.nas:32,89g/ W:344,14g/W tym cukier:69,36g/ sól:5,91g / Bł:38,90g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

04.12.2023 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) Zupa makaron na mleku 300g (1,3,7) pasztet dro. 50g(6) rzodkiew biała 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa makaron na mleku 300g(1,3,7) pasztet dro. 50g(6) rzodkiew biała 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa makaron na mleku 300g(1,3,7) pasztet dro. 50g(6) rzodkiew biała 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) zupa makaron na mleku 300g(1,3,7) pasztet dro. 50g(6) rzodkiew biała 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa grochowa z ziemniakami 300g(1,6,7,9,10) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g(1,7,10) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g(1,7,10) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g(1,6,7,9,10) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Serek homogenizowany 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło roślinne 80% tł. 20g(7) sałatka rybna z warzywami 65g (1,2,3,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło roślinne 80% tł. 20g(7) sałatka rybna z warzywami 65g (1,2,3,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło roślinne 80% tł. 20g(7) sałatka rybna z warzywami 65g (1,2,3,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna z warzywami 65g (1,2,3,7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2049,6kcal/ B:114,03g/ T:61,94g / Kw.tł.nas:8,17g/ W:305,01g/W tym cukier:33,34g/ sól:5,62g / Bł:28,66g /	E:2051,8 kcal/ B:111,81g/ T:63,70g / Kw.tł.nas:8,54g/ W:305,78g/W tym cukier:35,15g/ sól:5,09g / Bł:25,71g /	E:1952,6 kcal/ B:107,01g/ T:64,18g / Kw.tł.nas:8,54g/ W:278,56g/W tym cukier:33,07g/ sól:4,77g / Bł:32,75g /	E:2403,2kcal/ B:121,51g/ T:91,04g / Kw.tł.nas:30,57g/ W:320,73g/W tym cukier:46,62g/ sól:5,41g / Bł:28,66g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

05.12.2023 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) Zupa ryż na mleku 300g (1,7) szyneczka konserwowa 50g(6) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) Zupa ryż na mleku 300g (1,7) szyneczka konserwowa 50g(6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) Zupa ryż na mleku 300g (1,7) szyneczka konserwowa 50g(6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) Zupa ryż na mleku 300g (1,7) szyneczka konserwowa 50g(6) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad: 15:00	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,10) śledz w sosie tatarskim 150g(4,7) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,10) pulpet z ryby w sosie koperkowym 200g(4,7) marchew z groszkiem oprószana 150g(1) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,10) pulpet z ryby w sosie koperkowym 200g(4,7) marchew z groszkiem oprószana 150g(1) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,10) śledz w sosie tatarskim 150g(4,7) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Kisiel owocowy 250g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2162,0kcal/ B:77,21g/ T:53,36g / Kw.tł.nas:9,50g/ W:335,62g/W tym cukier:64,72g/ sól:8,07g / Bł:39,47g /	E:2247,9kcal/ B:97,17g/ T:41,59g / Kw.tł.nas:7,63g/ W:370,88g/W tym cukier:68,32g/ sól:5,02g / Bł:50,06g /	E:2148,7 kcal/ B:92,37g/ T:42,07g / Kw.tł.nas:7,63g/ W:343,68g/W tym cukier:66,24g/ sól:4,70g / Bł:57,10g /	E:2435,6kcal/ B:77,49g/ T:78,16g / Kw.tł.nas:29,10g/ W:347,82g/W tym cukier:70,00g/ sól:7,79g / Bł:39,47g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/

9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

06.12.2023 środa				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g(3,7) dżem nisko słodzony 40g(6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g(3,7) dżem nisko słodzony 40g(6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g(3,7) pasztet drobiowy 50g(6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g(3,7) dżem nisko słodzony 40g(6) rzodkiewka 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Maślanka owocowa 100g(7)	Maślanka owocowa 100g(7)	Maślanka naturalna 100g(7)	Maślanka owocowa 100g(7)
Obiad: 15:00	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g(1,7) ryż na sypko 200g kompot owocowy 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g(1,7) ryż na sypko 200g kompot owocowy 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g(1,7) ryż na sypko 200g kompot owocowy 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g(1,6,7,9,) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g(1,7) ryż na sypko 200g kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Jabłko 150g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2190,4kcal/ B:74,69g/ T:73,17g / Kw.tł.nas:12,37g/ W:319,12g/W tym cukier:61,99g/ sól:4,39g / Bł:22,03g /	E:2247,4kcal/ B:72,93g/ T:81,93g / Kw.tł.nas:12,21g/ W:315,12g/W tym cukier:63,35g/ sól:3,91g / Bł:32,81g /	E:2218,2kcal/ B:118,84g/ T:88,59g / Kw.tł.nas:14,51g/ W:289,92g/W tym cukier:48,76g/ sól:4,30g / Bł:35,89g /	E:2434,2kcal/ B:75,23g/ T:95,57g / Kw.tł.nas:22,21g/ W:331,48g/W tym cukier:62,13g/ sól:4,25g / Bł:27,69g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

07.12.2023 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa płatki kukurydziane na mleku 300g(7) polędwica sopocka 50g papryka czerwona 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa płatki kukurydziane na mleku 300g(7) polędwica sopocka 50g papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa płatki kukurydziane na mleku 300g(7) polędwica sopocka 50g papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) zupa płatki kukurydziane na mleku 300g(7) polędwica sopocka 50g papryka czerwona 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9,) fasolka po bretońsku 350g(1,6,7,9,10) kissiel owocowy 250g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9,) Łazanki z kiełbasą drobiową 350g(1,3,6,7,9,10) kissiel owocowy 250g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9,) Łazanki z kiełbasą drobiową 350g(1,3,6,7,9,10) kissiel owocowy 250g	Zupa barszcz biały z ziemniakami 300g(1,6,7,9,) fasolka po bretońsku 350g(1,6,7,9,10) kissiel owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Jogurt owocowy 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa 200g(3,6,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 200g(3,7,6,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 200g(3,7,6,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa 200g(3,6,9,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2088,2kcal/ B:73,23g/ T:60,47g / Kw.tł.nas:8,72g/ W:326,35g/W tym cukier:69,45g/ sól:5,53g / Bł:33,02g /	E:2381,2kcal/ B:70,12g/ T:67,34g / Kw.tł.nas:8,04g/ W:381,30g/W tym cukier:73,63g/ sól:4,73g / Bł:46,58g /	E:2282,0kcal/ B:65,32g/ T:67,82g / Kw.tł.nas:8,46g/ W:354,10g/W tym cukier:71,55g/ sól:4,41g / Bł:53,62g /	E:2461,7kcal/ B:76,31g/ T:93,16g / Kw.tł.nas:29,99g/ W:342,37g/W tym cukier:69,73g/ sól:5,35g / Bł:37,61g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

08.12.2023 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g(7) pasztet drobiowy 50g(6) sałata zielona 50g kakao 250g (7)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g(7) pasztet drobiowy 50g(6) sałata zielona 50g kakao 250g(7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g(7) pasztet drobiowy 50g(6) sałata zielona 50g kakao 250g(7)	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) ser żółty 50g(7) pasztet drobiowy 50g(6) sałata zielona 50g kakao 250g(7)
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa krupnik z ziemniakami i pietruszką 300g(1,7,9,) Leczo z mięsem, cukinią i warzywami 350g(1,6,7,9,10) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g	Zupa krupnik z ziemniakami i pietruszką 300g(1,7,9,) Leczo z mięsem, cukinią i warzywami 350g(1,6,7,9,10) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g	Zupa krupnik z ziemniakami i pietruszką 300g(1,7,9,) Leczo z mięsem, cukinią i warzywami 350g(1,6,7,9,10) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g	Zupa krupnik z ziemniakami i pietruszką 300g(1,7,9,) Leczo z mięsem, cukinią i warzywami 350g(1,6,7,9,10) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser mleczny 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona-parzona 50g buraczki po włosku 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona-parzona 50g buraczki po włosku 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona-parzona 50g buraczki po włosku 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona-parzona 50g buraczki po włosku 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2064,1kcal/ B:114,09g/ T:47,76g / Kw.tł.nas:9,65g/ W:337,20g/W tym cukier:42,52g/ sól:5,62g / Bł:40,52g /	E:2300,4kcal/ B:122,59g/ T:59,21g / Kw.tł.nas:17,80g/ W:367,70g/W tym cukier:46,12g/ sól:6,22g / Bł:44,17g /	E:2163,8kcal/ B:114,31g/ T:68,25g / Kw.tł.nas:17,68g/ W:315,30g/W tym cukier:42,88g/ sól:5,42g / Bł:51,81g /	E:2488,3kcal/ B:117,40g/ T:83,56g / Kw.tł.nas:31,65g/ W:362,37g/W tym cukier:62,30g/ sól:5,45g / Bł:42,72g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

09.12.2023 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) dżem nisko słodzony 40g twarożek kanapkowy 50g(7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna z warzywami 50g twarożek kanapkowy 50g(7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna z warzywami 50g twarożek kanapkowy 50g(7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) dżem nisko słodzony 40g twarożek kanapkowy 50g(7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Jogurt owocowy 150g(7)	Jogurt owocowy 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Jogurt owocowy 150g(7)
Obiad: 15:00	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g(1,7,9,) spaghetti z sosem pomidorowym 200g(1,7,9) makaron 150g(1,3) sok owocowy 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g(1,7,9,) spaghetti z sosem pomidorowym 200g(1,7,9) makaron 150g(1,3) sok owocowy 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g(1,7,9,) spaghetti z sosem pomidorowym 200g(1,7,9) makaron 150g(1,3) sok owocowy 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g(1,7,9,) spaghetti z sosem pomidorowym 200g(1,7,9) makaron 150g(1,3) sok owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Banan 100g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g rzodkiewka biała 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g rzodkiewka biała 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g rzodkiewka biała 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g rzodkiewka biała 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2378,0kcal/ B:84,39g/ T:65,27g / Kw.tł.nas:10,98g/ W:365,63g/W tym cukier:60,51g/ sól:4,34g / Bł:27,14g /	E:2403,6kcal/ B:85,03g/ T:64,79g / Kw.tł.nas:10,77g/ W:375,23g/W tym cukier:62,91g/ sól:4,02g / Bł:28,74g /	E:2290,3kcal/ B:84,76g/ T:68,59g / Kw.tł.nas:11,32g/ W:329,53g/W tym cukier:56,53g/ sól:4,71g / Bł:35,34g /	E:2655,8kcal/ B:83,59g/ T:90,17g / Kw.tł.nas:30,45g/ W:380,55g/W tym cukier:69,73g/ sól:3,74g / Bł:31,46g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/

9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

10.12.2023 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie: 7:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g serek wiejski 100g(7) sałata zielony 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g serek wiejski 100g(7) sałata zielony 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g serek wiejski 100g(7) sałata zielony 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) szyneczka delikatesowa 50g serek wiejski 100g(7) sałata zielony 50g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g(1,7,9,) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g(1,7,9) kasza jęczmienna 300g(1) kompot owocowy 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g(1,7,9,) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g(1,7,9) kasza jęczmienna 300g(1) kompot owocowy 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g(1,7,9,) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g(1,7,9) kasza jęczmienna 300g(1) kompot owocowy 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g(1,7,9,) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g(1,7,9) kasza jęczmienna 300g(1) kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Budyń 250g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g(4,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g(4,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g(4,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytki 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu,ryby,warzyw 80g(4,7) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2151,5kcal/ B:111,69g/ T:44,25g / Kw.tł.nas:10,00g/ W:326,46g/W tym cukier:64,14g/ sól:6,16g / Bł:39,45g /	E:2283,1kcal/ B:110,67g/ T:61,49g / Kw.tł.nas:9,76g/ W:324,66g/W tym cukier:66,26g/ sól:5,56g / Bł:40,45g /	E:2183,9kcal/ B:105,87g/ T:61,97g / Kw.tł.nas:9,76g/ W:297,46g/W tym cukier:64,18g/ sól:5,24g / Bł:47,79g /	E:2549,7kcal/ B:118,47g/ T:79,03g / Kw.tł.nas:19,80g/ W:339,80g/W tym cukier:65,28g/ sól:6,02g / Bł:39,45g /

Alergeny: 1 - gluten/ 2 - skorupiaki/ 3 – jaja/ 4 – ryby/ 5 – orzeszki ziemne/ 6 – białko sojowe/ 7 – białko mleka krowiego/ 8 -orzechy i nasiona/ 9 – seler/ 10 – musztarda i gorczyca/ 11 - nasiona sezamu/ 12 – siarczyny i pochodne/ 13 – nasiona łubinu/ 14 – owoce morza

