

Jadłospis za okres od dnia 11.12.2023 do dnia 20.12.2023 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

11.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) płatki owsiane na mleku 300ml (1,5,6,7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) papryka czerwona 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) płatki owsiane na mleku 300ml(1,5,6,7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) płatki owsiane na mleku 300ml(1,5,6,7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) płatki owsiane na mleku 300ml(1,5,6,7) szyneczka kon. 50g(1,6,9,10) papryka czerwona 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) kotlet mielony 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) pulpet w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) pulpet w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) pulpet w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Serek homogenizowany 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g(9) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2183,75 kcal/ B:78,96g/ T:61,66g / Kw.tł.nas:12,08g/ W:327,81g/W tym cukier:69,26g/ sól:6,65g / Bł:28,27g /	E:2259,48 kcal/ B:77,48g/ T:74,06g / Kw.tł.nas:11,82g/ W:322,74g/W tym cukier:70,56g/ sól:5,90g / Bł:30,67g /	E:2138,28 kcal/ B:72,74g/ T:74,14g / Kw.tł.nas:11,76g/ W:293,14g/W tym cukier:68,68g/ sól:5,46g / Bł:34,27g /	E:2651,35 kcal/ B:86,72g/ T:110,35g / Kw.tł.nas:35,72g/ W:328,23g/W tym cukier:88,48g/ sól:5,9g / Bł:29,39g /

**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

12.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,7,9,10) sałatka rybna 50g (4) 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) kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,7,9,10) sałatka rybna 50g (4) pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,7,9,10) sałatka rybna 50g (4) pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) kasza jęczmienna na mleku 300ml (1,7,9,10) sałatka rybna 50g (4) pomidor 100g kawa zboż. 250g(1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa kapuśniak ze słodkiej kapusty 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				kisiel 250g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2165,87 kcal/ B:74,43g/ T:67,43g / Kw.tł.nas:7,25g/ W:331,59g/W tym cukier:51,42g/ sól:4,97g / Bł:36,90g /	E:2191,47 kcal/ B:75,07g/ T:66,95g / Kw.tł.nas:7,09g/ W:341,19g/W tym cukier:53,82g/ sól:4,65g / Bł:48,17g /	E:2092,27 kcal/ B:70,27g/ T:67,43g / Kw.tł.nas:7,09g/ W:313,99g/W tym cukier:51,74g/ sól:4,33g / Bł:55,74g /	E:2439,15 kcal/ B:74,71g/ T:92,23g / Kw.tł.nas:26,85g/ W:343,79g/W tym cukier:56,70g/ sól:4,69g / Bł:46,57g /

**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

13.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) marmolada 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) marmolada 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) pasztet dro. 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) twarożek 50g (7) marmolada 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Serek homogenizowany 150g(7)	Serek homogenizowany 150g(7)	Jogurt naturalny 150g(7)	Serek homogenizowany 150g(7)
Obiad: 15:00	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g(1,7,10) sos mięsny 200g (1,6,7,9) kasza gryczana 250g(1,3,5,7,9,10) buraczki po włosku 200g herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g(1,6,7,9) sos mięsny 200g kluski śląskie buraczki po włosku 200g herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g(1,6,7,9) sos mięsny 200g kluski śląskie buraczki po włosku 200g herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g(1,6,7,9) sos mięsny 200g kluski śląskie buraczki po włosku 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser owocowy 100g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka z makaronu wędlin i warzyw 250g (3,6) jabłko 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka z makaronu wędlin i warzyw 250g (3,6) jabłko 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka z makaronu wędlin i warzyw 250g (3,6) jabłko 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka z makaronu wędlin i warzyw 250g (3,6) jabłko 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2386,98 kcal/ B:92,41g/ T:58,83g / Kw.tł.nas:17,32g/ W:378,15g/W tym cukier:71,91g/ sól:3,49g / Bł:36,40g /	E:2410,98 kcal/ B:85,00g/ T:65,08g / Kw.tł.nas:16,74g/ W:377,51g/W tym cukier:73,30g/ sól:3,12g / Bł:38,70g /	E:2207,58 kcal/ B:125,27g/ T:59,39g / Kw.tł.nas:16,65g/ W:337,91g/W tym cukier:58,63g/ sól:3,83g / Bł:39,97g /	E:2548,38 kcal/ B:84,40g/ T:80,24g / Kw.tł.nas:36,42g/ W:372,03g/W tym cukier:82,78g/ sól:3,08g / Bł:34,45g /

**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

14.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa ryż na mleku 300g (1,7) szynka dro. 50g(6) ogórek zielony 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) szynka dro. 50g(6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) zupa ryż na mleku 300g (1,7) szynka dro. 50g(6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) zupa ryż na mleku 300g (1,7) szynka dro. 50g(6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
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				Bułka słodka 150g (1,3,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło roślinne 80% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 200g(3,7,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło roślinne 80% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 200g(3,7,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło roślinne 80% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 200g(3,7,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem naturalnym 200g(3,7,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2224,80 kcal/ B;77,59g/ T:49,05g / Kw.tł.nas:6,25g/ W:350,36g/W tym cukier:55,51g/ sól:4,36g / Bł:28,50g /	E:2132,00 kcal/ B:74,75g/ T:48,13g / Kw.tł.nas:5,97g/ W:334,76g/W tym cukier:56,75g/ sól:3,56g / Bł:28,50g /	E:2151,20 kcal/ B:73,43g/ T:49,05g / Kw.tł.nas:6,09g/ W:332,76g/W tym cukier:55,83g/ sól:3,72g / Bł:37,14g /	E:2514,80 kcal/ B:89,27g/ T:63,99g / Kw.tł.nas:8,79g/ W:399,56g/W tym cukier:64,40g/ sól:3,66g / Bł:27,30g /

**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

15.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g(1,6,9,10) serek wiejski 100g (7) pomidor 100g kakao na mleku 250g (1,3,5,6,7,9,10)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g(1,6,9,10) serek wiejski 100g (7) pomidor 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g(1,6,9,10) serek wiejski 100g (7) pomidor 100g kakao na mleku 250g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) szyneczka konserwowa 50g(1,6,9,10) serek wiejski 100g (7) pomidor 100g Kakao na mleku 250g (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 zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,3,6,7,9,10) kotlet z ryby 100g(1,3,4,6,7,10 ) ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 200g kisiel owocowy 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,3,6,7,9,10) kotlet z ryby 100g( 1,3,4,6,7,10 ) ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 200g kisiel owocowy 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,3,6,7,9,10) kotlet z ryby 100g( 1,3,4,6,7,10 ) ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 200g kisiel owocowy 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g(1,3,6,7,9,10) kotlet z ryby 100g( 1,3,4,6,7,10 ) ziemniaki 200g surówka z białej kapusty 200g kisiel owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Banan 100g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g (6,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g (6,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g (6,9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 250g (6,9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2134,13 kcal/ B:105,62g/ T:43,48g / Kw.tł.nas:11,55g/ W:332,01g/W tym cukier:47,81g/ sól:6,03g / Bł:60,02g /	E:2172,33 kcal/ B:98,46g/ T:69,00g / Kw.tł.nas:11,11g/ W:293,61g/W tym cukier:48,49g/ sól:4,67g / Bł:58,90g /	E:2191,53 kcal/ B:98,14g/ T:69,92g / Kw.tł.nas:11,23g/ W:291,61g/W tym cukier:47,57g/ sól:4,83g / Bł:67,54g /	E:2467,73 kcal/ B:100,26g/ T:94,26g / Kw.tł.nas:30,83g/ W:310,13g/W tym cukier:46,97g/ sól:4,63g / Bł:57,70g /

**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

16.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g(3,7) Polędwica sopocka 50g szczypior 50g 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) Polędwica sopocka 50g szczypior 50g 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) Polędwica sopocka 50g szczypior 50g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g(3,7) Polędwica sopocka 50g szczypior 50g kawa zbożowa na mleku 250g(1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Jogurt owocowy 150g(7)	Jogurt owocowy 150g(7)	Jogurt naturalny150g(7)	Jogurt owocowy 150g(7)
Obiad: 15:00	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g(1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g(1,3,6,7,9) łazanki z białej kapusty 350g(1,3,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g(1,3,6,7,9) łazanki z białej kapusty 350g(1,3,6,7,9,10) kompot owocowy 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g(1,3,6,7,9) łazanki z białej kapusty 350g(1,3,6,7,9,10) kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				kisiel 250g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g jabłko 150g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g jabłko 150g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g jabłko 150g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka wieprzowa 50g jabłko 150g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2163,86 kcal/ B:86,85g/ T:97,84g / Kw.tł.nas:14,44g/ W:257,72g/W tym cukier:36,07g/ sól:5,38g / Bł:27,71g /	E:2272,63 kcal/ B:80,26g/ T:98,88g / Kw.tł.nas:14,00g/ W:287,46g/W tym cukier:39,08g/ sól:4,09g / Bł:35,09g /	E:2258,83 kcal/ B:80,74g/ T:99,80g / Kw.tł.nas:14,27g/ W:270,46g/W tym cukier:46,11g/ sól:4,27g / Bł:43,73g /	E:2526,70 kcal/ B:80,06g/ T:124,04g / Kw.tł.nas:33,72g/ W:292,46g/W tym cukier:42,56g/ sól:4,05g / Bł:33,89g /

**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

17.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g sałatka rybna 50g (4) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g sałatka rybna 50g (4) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g sałatka rybna 50g (4) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g sałatka rybna 50g (4) herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Maślanka owocowa 100g (7)	Maślanka owocowa 100g (7)	Maślanka naturalna 100g (7)	Maślanka owocowa 100g (7)
Obiad: 15:00	Zupa barszcz biały z jajkami 300g(1,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) buraczki po włosku 200g kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkami 300g(1,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) buraczki po włosku 200g kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkami 300g(1,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) buraczki po włosku 200g kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkami 300g(1,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) buraczki po włosku 200g kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata owocowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser owocowy 100g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g(7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g(7) pomidor 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g(7) pomidor 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g(7) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2101,56 kcal/ B:85,19g/ T:51,86g / Kw.tł.nas:12,78g/ W:346,54g/W tym cukier:80,65g/ sól:6,9g / Bł:34,31g /	E:2215,62 kcal/ B:80,69g/ T:81,83g / Kw.tł.nas:12,42g/ W:317,59g/W tym cukier:81,61g/ sól:5,83g / Bł:41,31g /	E:2193,82 kcal/ B:79,17g/ T:81,95g / Kw.tł.nas:11,74g/ W:307,34g/W tym cukier:68,69g/ sól:5,89g / Bł:49,95g /	E:2487,02 kcal/ B:80,49g/ T:106,99g / Kw.tł.nas:32,14g/ W:324,06g/W tym cukier:91,09g/ sól:5,7g / Bł:43,31g /

**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

18.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) połędwica sopocka drobiowa 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) papryka czerwona 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) połędwica sopocka drobiowa 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) połędwica sopocka drobiowa 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) połędwica sopocka drobiowa 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) papryka czerwona 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa ryżowa 300g(1,6,7,9,) kotlet mielony 100g (1,3,6,7,9,10) marchew z groszkiem 200g (1,6) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g	Zupa ryżowa 300g(1,6,7,9,) pulpet z sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) marchew z groszkiem 200g (1,6) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g	Zupa ryżowa 300g(1,6,7,9,) pulpet z sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) marchew z groszkiem 200g (1,6) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g	Zupa ryżowa 300g(1,6,7,9,) kotlet mielony 100g (1,3,6,7,9,10) marchew z groszkiem 200g (1,6) ziemniaki 200g kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Wafel kakaowy 45g (1,3,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) śledź w sosie pomidorowym 50g (4) Sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) śledź w sosie pomidorowym 50g (4) Sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) śledź w sosie pomidorowym 50g (4) Sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) śledź w sosie pomidorowym 50g (4) Sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2057,61 kcal/ B:75,80g/ T:52,70g / Kw.tł.nas:5,59g/ W:321,86g/W tym cukier:49,26g/ sól:5,51g / Bł:34,67g /	E:2045,79 kcal/ B:72,96g/ T:60,78g / Kw.tł.nas:5,31g/ W:306,26g/W tym cukier:50,50g/ sól:4,71g / Bł:34,74g /	E:2042,53 kcal/ B:72,95g/ T:56,97g / Kw.tł.nas:5,45g/ W:307,29g/W tym cukier:49,64g/ sól:4,92g / Bł:43,46g /	E:2379,14 kcal/ B:72,45g/ T:98,43g / Kw.tł.nas:30,72g/ W:303,98g/W tym cukier:63,72g/ sól:4,18g / Bł:34,59g /

**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



19.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) makaron na mleku 300g (1,3,7) pasztet z drobiowy 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) makaron na mleku 300g (1,3,7) pasztet z drobiowy 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) makaron na mleku 300g (1,3,7) pasztet z drobiowy 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) makaron na mleku 300g (1,3,7) pasztet z drobiowy 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,6,7,9,10) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g kapusta czerwona 200g sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,6,7,9,10) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g kapusta czerwona 200g sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,6,7,9,10) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g kapusta czerwona 200g sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,6,7,9,10) potrawka z kurczaka w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g kapusta czerwona 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek: 17:00				Jogurt owocowy 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2389,15 kcal/ B:142,22g/ T:52,84g / Kw.tł.nas:9,02g/ W:384,00g/W tym cukier:45,00g/ sól:5,71g / Bł:33,13g /	E:2377,35 kcal/ B:139,38g/ T:60,92g / Kw.tł.nas:8,74g/ W:368,65g/W tym cukier:47,14g/ sól:4,91g / Bł:41,52g /	E:2396,50kcal/ B:138,06g/ T:61,84g / Kw.tł.nas:8,86g/ W:366,65g/W tym cukier:46,22g/ sól:5,07g / Bł:50,16g /	E:2665,75 kcal/ B:141,98g/ T:88,56g / Kw.tł.nas:30,06g/ W:377,47g/W tym cukier:45,62g/ sól:4,97g / Bł:40,32g /

**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

20.12.2023 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) mus jabłkowy 100g twarożek 50g (7) pomidor 100g kawa zbożowa 250g (1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) mus jabłkowy 100g twarożek 50g (7) pomidor 100g kawa zbożowa 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) mus jabłkowy 100g twarożek 50g (7) pomidor 100g kawa zbożowa 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) mus jabłkowy 100g twarożek 50g (7) pomidor 100g kawa zbożowa 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Deser mleczny 100g	Deser mleczny100g	Kefir 100g	Deser mleczny100g
Obiad: 15:00	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g spaghetti w sosie pomidorowym makaron 200g (1,3) kompot owocowy 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g spaghetti w sosie pomidorowym makaron 200g (1,3) kompot owocowy 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g spaghetti w sosie pomidorowym makaron 200g (1,3) kompot owocowy 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g spaghetti w sosie pomidorowym makaron 200g (1,3) kompot owocowy 250g
Podwieczorek: 17:00				Jabłko 150g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g ogórek zielony bez skórki100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g ogórek zielony bez skórki100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2386,52 kcal/ B:89,38g/ T:63,83g / Kw.tł.nas:24,30g/ W:361,82g/W tym cukier:66,34g/ sól:6,12g / Bł:25,20g /	E:2180,92 kcal/ B:86,40g/ T:50,51g / Kw.tł.nas:14,22g/ W:340,86g/W tym cukier:67,44g/ sól:5,46g / Bł:25,20g /	E:2203,72 kcal/ B:89,88g/ T:50,29g / Kw.tł.nas:13,84g/ W:345,86g/W tym cukier:59,36g/ sól:5,85g / Bł:30,32g /	E:2605,32 kcal/ B:91,58g/ T:77,51g / Kw.tł.nas:34,22g/ W:385,58g/W tym cukier:60,76g/ sól:6,26g / Bł:25,80g /

**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

