

Jadłospis za okres od dnia 21.12.2023 do dnia 30.12.2023 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

21.12.2023 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	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) bułka pszenne 80g (1) masło 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb razowy 80g(1) masło 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej100g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 200g (3) surówka z kapusty pekińskiej100g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 200g (3) surówka z kapusty pekińskiej100g herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300ml (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 200g (3) surówka z kapusty pekińskiej100g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 240g (3,6) jabłko 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 240g (3,6) jabłko 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 240g (3,6) jabłko 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 240g (3,6) jabłko 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2297,28 kcal/ B:77,55g/ T:54,02g / Kw.tł.nas:11,50g/ W:374,14g/W tym cukier:92,34g/ sól:3,28g / Bł:36,7g /	E:2396,48 kcal/ B:77,99g/ T:54,89g / Kw.tł.nas:11,56g/ W:399,24g/W tym cukier:94,89g/ sól:3,39g / Bł:30,34g /	E:2358,78 kcal/ B:81,69g/ T:58,52g / Kw.tł.nas:12,91g/ W:372,29g/W tym cukier:92,81g/ sól:3,82g / Bł:37,38g /	E:2494,34 kcal/ B:83,99g/ T:59,75g / Kw.tł.nas:11,72g/ W:402,62g/W tym cukier:93,49g/ sól:3,71g / Bł:28,74g /

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

22.12.2023 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szynka konserwowa 50g (1,6,9,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szynka konserwowa 50g (1,6,9,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szynka konserwowa 50g (1,6,9,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szynka konserwowa 50g (1,6,9,10) papryka świeża 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)
II śniadanie: 11:00	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad: 15:00	Zupa ziemniaczanka 300g (1,6,7,0) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,6,7,0) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,6,7,0) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,6,7,0) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser owocowy 100g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby twarogu i warzyw 80g (4,7) ogonówka 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby twarogu i warzyw 80g (4,7) ogonówka 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby twarogu i warzyw 80g (4,7) ogonówka 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby twarogu i warzyw 80g (4,7) ogonówka 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2317,09 kcal/ B:109,61g/ T:80,59g / Kw.tł.nas:14,92g/ W:296,71g/W tym cukier:38,21g/ sól:5,29g / Bł:33,06g /	E:2327,09 kcal/ B:105,03g/ T:97,45g / Kw.tł.nas:14,58g/ W:268,51g/W tym cukier:38,87g/ sól:4,25g / Bł:37,92g /	E:2405,49 kcal/ B:105,45g/ T:98,59g / Kw.tł.nas:14,76g/ W:279,11g/W tym cukier:38,53g/ sól:4,65g / Bł:47,36g /	E:2541,09 kcal/ B:109,61g/ T:98,59g / Kw.tł.nas:14,92g/ W:309,71g/W tym cukier:49,21g/ sól:5,29g / Bł:41,92g /

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

23.12.2023 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) dżem truskawkowy 40g (6) pasztet drobiowy 50g (6) ogórek świeży 100g 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 kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 40g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) dżem truskawkowy 40g(6) pasztet drobiowy 50g (6) ogórek świeży 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7, 9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g
Podwieczorek: 17:00				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka 50g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1952,03kcal/ B:121,54g/ T:41,40g / Kw.tł.nas; 6,31g/ W:318,83g/W tym cukier:54,35g/ sól:4,75g / Bł:21,65g /	E:1964,83 kcal/ B:121,86g/ T:41,16g / Kw.tł.nas:6,23g/ W:323,63g/W tym cukier:55,55g/ sól:4,59g / Bł:22,45g /	E:1807,33 kcal/ B:119,85g/ T:43,54g / Kw.tł.nas:7,72g/ W:278,08g/W tym cukier:42,64g/ sól:3,87g / Bł:29,25g /	E:2144,03 kcal/ B:132,34g/ T:47,85g / Kw.tł.nas:10,51g/ W:341,33g/W tym cukier:73,85g/ sól:4,86g / Bł:21,64g /

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

24.12.2023 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) serek wiejski 100g (7) sałatka rybna 50g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g(7) sałatka rybna 50g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g(7) sałatka rybna 50g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g(7) sałatka rybna 50g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa jarzynowa 300g (1,6,7,9)	Zupa jarzynowa 300g (1,6,7,9)	Zupa jarzynowa 300g (1,6,7,9)	Zupa jarzynowa 300g (1,6,7,9)
Podwieczorek: 17:00				
Kolacja: 19:00	Barszcz czerwony czysty 500g krokiety z kapustą i pieczarkami 300g (1,3,7) groch z kapustą i pieczarkami 250g ryba smażona panierowana 100g (1,3,4) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło 20g (7) kompot z suszu owocowego 250g	Barszcz czerwony czysty 500g krokiety z kapustą i pieczarkami 300g (1,3,7) groch z kapustą i pieczarkami 250g ryba smażona panierowana 100g (1,3,4) bułka pszenna 80g(1) masło 20g (7) kompot z suszu owocowego 250g	Barszcz czerwony czysty 500g krokiety z kapustą i pieczarkami 300g (1,3,7) groch z kapustą i pieczarkami 250g ryba smażona panierowana 100g (1,3,4) chleb razowy 80g (1) masło 20g (7) kompot z suszu owocowego 250g	Barszcz czerwony czysty 500g krokiety z kapustą i pieczarkami 300g (1,3,7) groch z kapustą i pieczarkami 250g ryba smażona panierowana 100g (1,3,4) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło 20g (7) kompot z suszu owocowego 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1957,92 kcal/ B:83,14g/ T:40,98g / Kw.tł.nas:9,66g/ W:312,48g/W tym cukier:42,17g/ sól:8,17g / Bł:35,79g /	E:1991,62 kcal/ B:83,78g/ T:41,40g / Kw.tł.nas:9,50g/ W:322,08g/W tym cukier:44,57g/ sól:7,85g / Bł:37,75g /	E:1892,42 kcal/ B:78,98g/ T:41,88g / Kw.tł.nas:9,50g/ W:294,88g/W tym cukier:42,49g/ sól:7,53g / Bł:44,79g /	E:1966,02 kcal/ B:83,14g/ T:41,88g / Kw.tł.nas:9,66g/ W:312,48g/W tym cukier:42,17g/ sól:8,17g / Bł:36,15g /

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

25.12.2023 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) kiełbasa biała 100g chrzan 30g babka piaskowa 100g (1,3,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 30g (9) babka piaskowa 100g (1,3,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 30g (9) babka piaskowa 100g(1,3,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) kiełbasa biała 100g chrzan 30g babka piaskowa 100g(1,3,7) herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa zacierkowa 300g (1,3,6,7,9,10) udko pieczone 150g (1,6,7,9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1,6) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,6,7,9,10) udko pieczone 150g (1,6,7,9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1,6) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,6,7,9,10) udko pieczone 150g (1,6,7,9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1,6) herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,6,7,9,10) udko pieczone 150g (1,6,7,9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1,6) herbata owocowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Pomarańcza
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g pomidor 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g pomidor 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2353,07 kcal/ B:98,42g/ T:68,43g / Kw.tł.nas:5,35g/ W:339,21g/W tym cukier:77,05g/ sól:4,96g / Bł:33,96g /	E:2291,97 kcal/ B:100,16g/ T:62,13g / Kw.tł.nas:9,05g/ W:339,53g/W tym cukier:77,10g/ sól:6,24g / Bł:35,62g /	E:2192,77 kcal/ B:95,36g/ T:62,61g / Kw.tł.nas:9,05g/ W:312,33g/W tym cukier:75,02g/ sól:5,92g / Bł:42,66g /	E:2389,07kcal/ B:99,12g/ T:68,53g / Kw.tł.nas:5,35g/ W:347,31g/W tym cukier:77,05g/ sól:4,96g / Bł:34,62g /

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

26.12.2023 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) boczek 50g ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) boczek 50g ćwikła z chrzanem 30g sernik 100g herbata 250g
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 makaronem 300g(1,3,6,7,9) kotlet panierowany smażony 100g (1,3) surówka z kapusty pekińskiej 100g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 100g (1,6,7,9) surówka z kapusty pekińskiej 100g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 100g (1,6,7,9) surówka z kapusty pekińskiej 100g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g(1,3,6,7,9) kotlet panierowany smażony 100g (1,3) surówka z kapusty pekińskiej 100g ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Pomarańcza
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica drobiowa 50g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2410,70 kcal/ B:95,22g/ T:89,27g / Kw.tł.nas:18,84g/ W:351,87g/W tym cukier:68,42g/ sól:3,57g / Bł:28,97g /	E:2204,38 kcal/ B:100,11g/ T:76,27g / Kw.tł.nas:19,67g/ W:312,58g/W tym cukier:70,79g/ sól:4,38g / Bł:28,20g /	E:2072,18kcal/ B:97,11g/ T:76,75g / Kw.tł.nas:19,82g/ W:270,38g/W tym cukier:76,66g/ sól:4,07 / Bł:35,24g /	E:2527,70 kcal/ B:95,92g/ T:98,37g / Kw.tł.nas:18,84g/ W:359,97g/W tym cukier:68,42g/ sól:3,57g / Bł:28,98g /

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

27.12.2023 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) ser topiony 50g (7) szynka konserwowa 50g(1,6,9,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szynka konserwowa 50g(1,6,9,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szynka konserwowa 50g(1,6,9,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szynka konserwowa 50g(1,6,9,10) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,19) surówka z białej kapusty 250g sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,19) surówka z białej kapusty 250g herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,19) surówka z białej kapusty 250g herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,19) surówka z białej kapusty 250g sok z wodą 250g
Podwieczorek: 17:00				Wafel kakaowy 45g (1,3,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g buraczki po włosku 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g buraczki po włosku 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g buraczki po włosku 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g buraczki po włosku 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2412,20 kcal/ B:100,35g/ T:78,27g / Kw.tł.nas:17,76g/ W:397,47g/W tym cukier:46,20g/ sól:5,73g / Bł:68,10g /	E:2381,80 kcal/ B:99,33g/ T:77,51g / Kw.tł.nas:17,52g/ W:395,67g/W tym cukier:48,32g/ sól:5,13g / Bł:69,10g /	E:2282,601 kcal/ B:94,53g/ T:77,99g / Kw.tł.nas:17,52g/ W:368,47g/W tym cukier:46,24g/ sól:4,81g / Bł:76,14 /	E:2632,69 kcal/ B:101,25g/ T:94,92g / Kw.tł.nas:17,70g/ W:414,97g/W tym cukier:46,20g/ sól:5,73g / Bł:70,30g /

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

28.12.2023 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) pasztet drobiowy 50g (6) 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) pasztet drobiowy 50g (6) płatki kukurydziane na mleku 300g (7) papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6) płatki kukurydziane na mleku 300g (7) papryka czerwona 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) pasztet drobiowy 50g (6) płatki kukurydziane na mleku 300g (7) 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 jajkiem 300g (1,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem (300g) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem (300g) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Kisiel 250g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa 250g (3,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa 250g (3,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa 250g (3,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa 250g (3,6,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E: 2131,07 kcal/ B:113,83g/ T:67,46g / Kw.tł.nas:11,20g/ W:321,31g/W tym cukier:63,32g/ sól:6,08g / Bł:34,6g /	E:2390,57 kcal/ B:115,53g/ T:80,07g / Kw.tł.nas:10,85g/ W:349,03g/W tym cukier:62,69g/ sól:5,62g / Bł:39,15g /	E:2291,37 kcal/ B:110,73g/ T:80,55g / Kw.tł.nas:10,85g/ W:321,83g/W tym cukier:60,61g/ sól:5,33g / Bł:46,19g /	E:2340,79 kcal/ B:113,83g/ T:85,46g / Kw.tł.nas:11,20g/ W:332,79g/W tym cukier:68,32g/ sól:6,08g / Bł:40,39g /

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

29.12.2023 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) jajko gotowane 50g (3) sałatka rybna 50g (4) ogórek zielony 100g kakao na mleku 300g (1,4,5,6,7,9,10)	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) sałatka rybna 50g ogórek zielony bez skórki 100g kakao na mleku 300g (1,4,5,6,7,9,10)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) sałatka rybna 50g ogórek zielony bez skórki 100g kakao na mleku 300g (1,4,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) jajko gotowane 50g (3) sałatka rybna 50g ogórek zielony 100g kakao na mleku 300g (1,4,5,6,7,9,10)
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) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa 300g (1,6,7,9,10) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa 300g (1,6,7,9,10) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata ziołowa 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9,10) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Jogurt owocowy 150g(7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g pomidor 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g pomidor 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2259,48 kcal/ B:86,54g/ T:74,69g / Kw.tł.nas:14,08g/ W:314,02g/W tym cukier:53,65g/ sól:6,06g / Bł:37,77g /	E:2262,68 kcal/ B:83,08g/ T:70,66g / Kw.tł.nas:12,21g/ W:329,35g/W tym cukier:57,15g/ sól:5,55g / Bł:36,44g /	E:2163,48kcal/ B:78,28g/ T:70,14g / Kw.tł.nas:12,21g/ W:302,15g/W tym cukier:55,08g/ sól:5,23g / Bł:43,48g /	E:2382,48 kcal/ B:90,74g/ T:78,44g / Kw.tł.nas:16,48g/ W:336,97g/W tym cukier:53,65g/ sól:6,21 / Bł:37,77g /

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

30.12.2023 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) szynka drobiowa 50g serek wiejski 50g (7) 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) szynka drobiowa 50g serek wiejski 50g (7) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g serek wiejski 50g (7) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) szynka drobiowa 50g serek wiejski 50g (7) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad: 15:00	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser mleczny 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g (9) jabłka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g (9) jabłka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g (9) jabłka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówka drobiowa 100g ketchup 50g (9) jabłka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2154,24 kcal/ B:75,68g/ T:63,15g / Kw.tł.nas:21,36g/ W:298,50g/W tym cukier:42,40g/ sól:6,02g / Bł:27,01g /	E:2419,34 kcal/ B:76,32g/ T:95,11g / Kw.tł.nas:21,20g/ W:308,10g/W tym cukier:44,80g/ sól:5,70g / Bł:29,31g /	E:2320,14 kcal/ B:70,52g/ T:95,59g / Kw.tł.nas:21,20g/ W:280,90g/W tym cukier:42,75g/ sól:5,38g / Bł:36,45g /	E:2533,24kcal/ B:77,48g/ T:99,19g / Kw.tł.nas:23,76g/ W:323,10g/W tym cukier:61,90g/ sól:6,12g / Bł:27,71g /

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

