

Jadłospis za okres od dnia 31.12.2023 do dnia 09.01.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

31.12.2023 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 ser topiony 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g ser topiony 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g ser topiony 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g ser topiony 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad: 15:00	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż na sypko 200g kisiel 250g
Podwieczorek: 17:00				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 50g (4) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 50g (4) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 50g (4) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 50g (4) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2117,97 kcal/ B:90,38g/ T:56,08g / Kw.tł.nas:16,93g/ W:351,07g/W tym cukier:50,16g/ sól:7,10g / Bł:22,45g /	E:2143,55kcal/ B:91,02g/ T:55,60g / Kw.tł.nas:16,77g/ W:360,67g/W tym cukier:52,56g/ sól:6,78g / Bł:24,71g /	E:2011,35 kcal/ B:88,02g/ T:56,08g / Kw.tł.nas:16,92g/ W:318,47g/W tym cukier:58,43g/ sól:6,48g / Bł:31,75g /	E:2309,95kcal/ B:101,18g/ T:62,53g / Kw.tł.nas:21,13g/ W:373,57g/W tym cukier:69,66g/ sól:7,21g / Bł:23,11g /

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

01.01.2024 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) twarożek 50g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek 50g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad: 15:00	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 100g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 300g (1,7,9,10) buraki po włosku 100g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 100g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 300g (1,7,9,10) buraki po włosku 100g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 100g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 300g (1,7,9,10) buraki po włosku 100g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) schab gotowany w sosie własnym 100g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 300g (1,7,9,10) buraki po włosku 100g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Gruszka 150g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek świeży 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek świeży 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2003,25 kcal/ B:94,64g/ T:52,35g / Kw.tł.nas:13,23g/ W:320,02g/W tym cukier:57,30g/ sól:8,01g / Bł:34,01g /	E:2314,77 kcal/ B:96,08g/ T:75,09g / Kw.tł.nas:22,57g/ W:335,82g/W tym cukier:60,45g/ sól:8,34g / Bł:37,81g /	E:2265,17 kcal/ B:93,68g/ T:75,33g / Kw.tł.nas:22,57g/ W:322,22g/W tym cukier:59,41g/ sól:8,18g / Bł:41,33g /	E:2280,17kcal/ B:94,79g/ T:67,07g / Kw.tł.nas:13,23g/ W:342,52g/W tym cukier:57,30g/ sól:8,01g / Bł:36,21g /

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

02.01.2024 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) dżem truskawkowy 40g (6) papryka 100g płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem truskawkowy 40g (6) papryka 100g płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 50g (2,4) papryka 100g płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) dżem truskawkowy 40g (6) papryka 100g płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) spaghetti z sosem pomidorowym 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) herbata owocowa 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) spaghetti z sosem pomidorowym 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) herbata owocowa 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) spaghetti z sosem pomidorowym 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) herbata owocowa 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) spaghetti z sosem pomidorowym 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) herbata owocowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2098,73kcal/ B:75,58g/ T:37,56g / Kw.tł.nas; 7,63g/ W:363,42g/W tym cukier:103,21g/ sól:3,37g / Bł:24,79g /	E:2124,31 kcal/ B:76,22g/ T:37,08g / Kw.tł.nas:7,47g/ W:373,02g/W tym cukier:105,61g/ sól:3,05g / Bł:28,3g /	E:2033,01 kcal/ B:74,75g/ T:40,88g / Kw.tł.nas:7,92g/ W:337,32g/ W tym cukier:93,93g/ sól:3,73g / Bł:34,9g /	E:2221,71 kcal/ B:79,78g/ T:41,31g / Kw.tł.nas:10,03g/ W:386,37g/W tym cukier:103,21g/ sól:3,52g / Bł:26,7g /

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

03.01.2024 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) marmolada 40g rzodkiewka 100g pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) 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) marmolada 40g rzodkiewka 100g pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6) rzodkiewka 100g pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) marmolada 40g rzodkiewka 100g pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie: 11:00	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad: 15:00	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 150g (4,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) kotlet z ryby 100g (1,3,4,6,7,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchwi 150g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) kotlet z ryby 100g (1,3,4,6,7,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchwi 150g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g (1,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 150g (4,7) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Wafle kakaowy 40g (1,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2244,48 kcal/ B:66,06g/ T:95,39g / Kw.tł.nas:15,13g/ W:313,29g/W tym cukier:57,13g/ sól:7,83g / Bł:27,54g /	E:2205,76 kcal/ B:80,67g/ T:75,61g / Kw.tł.nas:11,59g/ W:348,97g/W tym cukier:59,01g/ sól:4,45g / Bł:42,55g /	E:2257,96 kcal/ B:123,86g/ T:107,83g / Kw.tł.nas:12,28g/ W:284,97g/W tym cukier:33,38g/ sól:4,48g / Bł:48,54g /	E:2509,98 kcal/ B:69,41g/ T:109,89g / Kw.tł.nas:21,63g/ W:343,29g/W tym cukier:74,13g/ sól:7,91g / Bł:30,04g /

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

04.01.2024 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) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) ogórek świeży 100g zupa ryż na mleku 300g (1,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) ogórek świeży bez skórki 100g zupa ryż na mleku 300g (1,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) ogórek świeży bez skórki 100g zupa ryż na mleku 300g (1,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) ogórek świeży 100g zupa ryż na mleku 300g (1,7) herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Jablko 150g	Jablko 150g	Jablko 150g	Jablko 150g
Obiad: 15:00	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) łazanki z kapusty kiszanej 350g (1,3,6,7,9,10) sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,3,7) jogurt naturalny 30g (7) sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,3,7) jogurt naturalny 30g (7) sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,3,7) jogurt naturalny 30g (7) sok z wodą 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g buraki po włosku 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g buraki po włosku 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g buraki po włosku 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g buraki po włosku 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2138,65 kcal/ B:68,84g/ T:47,28g / Kw.tł.nas:8,08g/ W:345,42g/W tym cukier:51,71g/ sól:4,49g / Bł:29,54g /	E:2240,22kcal/ B:67,75g/ T:42,60g / Kw.tł.nas:8,80g/ W:381,91g/W tym cukier:47,63g/ sól:3,59g / Bł:28,58g /	E:2141,02 kcal/ B:62,92g/ T:43,08g / Kw.tł.nas:8,80g/ W:354,71g/W tym cukier:45,55g/ sól:3,27g / Bł:35,62g /	E:2354,12kcal/ B:68,91g/ T:46,68g / Kw.tł.nas:11,36g/ W:396,91g/W tym cukier:64,73g/ sól:4,02g / Bł:26,98g /

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

05.01.2024 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) ogonówka 50g serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g 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) ogonówka 50g serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) ogonówka 50g serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g kakao na mleku 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 fasolowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pulpety w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) kompot 250g	Zupa grysikowa 300g (1,6,7,9,10) pulpety w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) kompot 250g	Zupa grysikowa 300g (1,6,7,9,10) pulpety w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) kompot 250g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pulpety w sosie pieczarkowym 100g (1,3,6,7,9,10) kapusta modra 150g kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Kisiel 250g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) 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-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g (9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2207,93 kcal/ B:103,49g/ T:69,67g / Kw.tł.nas:11,75g/ W:311,26g/W tym cukier:43,87g/ sól:6,58g / Bł:47,40g /	E:2369,44 kcal/ B:97,56g/ T:81,08g / Kw.tł.nas:11,42g/ W:316,70g/W tym cukier:46,29g/ sól:6,20g / Bł:46,77g /	E:2270,24kcal/ B:92,76g/ T:81,56g / Kw.tł.nas:11,42g/ W:289,50g/W tym cukier:44,21g/ sól:5,88 / Bł:53,81g /	E:2445,51 kcal/ B:103,49g/ T:84,23g / Kw.tł.nas:11,75g/ W:322,74g/W tym cukier:48,87g/ sól:6,58g / Bł:49,65g /

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

06.01.2024 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) ser topiony 50g (7) sałatka rybna 50g (2,4) ogórek świeży 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) sałatka rybna 50g (2,4) ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) sałatka rybna 50g (2,4) ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) sałatka rybna 50g (2,4) ogórek świeży 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9,) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,6,7,9,10) ryż na sypko 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g pomidor bez sórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g pomidor bez sórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2365,81 kcal/ B:71,35g/ T:70,24g / Kw.tł.nas:20,41g/ W:355,02g/W tym cukier:70,22g/ sól:6,88g / Bł:39,27g /	E:2391,41 kcal/ B:71,99g/ T:69,76g / Kw.tł.nas:20,25g/ W:364,62g/W tym cukier:72,62g/ sól:6,56g / Bł:45,28g /	E:2292,21kcal/ B:67,19g/ T:70,24g / Kw.tł.nas:20,25g/ W:337,42g/W tym cukier:70,54g/ sól:6,24g / Bł:52,32 /	E:2557,81kcal/ B:82,15g/ T:76,69g / Kw.tł.nas:24,61g/ W:377,52g/W tym cukier:89,72g/ sól:6,99g / Bł:43,68g /

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

07.01.2024 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 herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) szyneczka delikatesowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad: 15:00	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) leczo 250g ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Wafel kakaowy 40g (1,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałata zielona 50g pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) sałata zielona 50g pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałata zielona 50g pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałata zielona 50g pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1912,10 kcal/ B:66,40g/ T:61,36g / Kw.tł.nas:8,25g/ W:317,18g/W tym cukier:60,01g/ sól:4,63g / Bł:30,52g /	E:1937,70 kcal/ B:67,04g/ T:60,88g / Kw.tł.nas:8,09g/ W:326,78g/W tym cukier:62,41g/ sól:4,31g / Bł:32,12g /	E:1838,50 kcal/ B:62,24g/ T:61,36g / Kw.tł.nas:8,09g/ W:299,58g/W tym cukier:60,33g/ sól:3,99g / Bł:39,16g /	E:2177,60 kcal/ B:69,75g/ T:75,86g / Kw.tł.nas:14,75g/ W:347,18g/W tym cukier:77,01g/ sól:4,71g / Bł:33,02g /

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

08.01.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6) papryka 100g kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6) papryka 100g kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6) papryka 100g kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) pasztet drobiowy 50g (6) papryka 100g kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) herbata 250g
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 300g (1,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kisiel 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kisiel 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kisiel 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kisiel 250g
Podwieczorek: 17:00				Gruszka 150g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) jabłko 100g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (3,6) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) jabłko 100g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (3,6) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) jabłko 100g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (3,6) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) jabłko 100g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (3,6) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2363,43 kcal/ B:122,29g/ T:65,68g / Kw.tł.nas:9,33g/ W:373,83g/W tym cukier:50,94g/ sól:5,46g / Bł:41,74g /	E:2389,03 kcal/ B:122,93g/ T:65,20g / Kw.tł.nas:9,17g/ W:383,43g/W tym cukier:53,34g/ sól:5,14g / Bł:43,34g /	E:2256,83kcal/ B:119,93g/ T:65,68g / Kw.tł.nas:9,32g/ W:341,23g/W tym cukier:59,21g/ sól:4,84g / Bł:50,38g /	E:2450,43 kcal/ B:122,44g/ T:65,83g / Kw.tł.nas:9,33g/ W:396,33g/W tym cukier:50,94g/ sól:5,46 / Bł:41,74g /

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

09.01.2024 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) humus 50g (2,3,4,6,9,10) szczypiorek 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) szczypiorek 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) szczypiorek 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł.20g(7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) szczypiorek 50g płatki kukurydziane na mleku 300g (7) herbata 250g
	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g surówka z marchwi i jabłka 200g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2170,67 kcal/ B:82,22g/ T:47,34g / Kw.tł.nas:17,33g/ W:353,48g/W tym cukier:65,40g/ sól:6,27g / Bł:32,80g /	E:2196,27 kcal/ B:82,86g/ T:46,86g / Kw.tł.nas:17,17g/ W:363,08g/W tym cukier:67,80g/ sól:5,94g / Bł:34,40g /	E:2097,07 kcal/ B:78,06g/ T:47,34g / Kw.tł.nas:17,17g/ W:335,88g/W tym cukier:65,72g/ sól:5,63g / Bł:41,44g /	E:2294,11kcal/ B:88,86g/ T:51,72g / Kw.tł.nas:17,33g/ W:366,46g/W tym cukier:66,40g/ sól:6,27g / Bł:32,80g /

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

