

Jadłospis za okres od dnia 20.01.2024 do dnia 29.01.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

20.01.2024 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) ogórek świeży 100g dżem truskawkowy niskosłodzony 40g (6) pasztet drobiowy 60g (6) 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) ogórek świeży bez skórki 100g dżem truskawkowy niskosłodzony 40g (6) pasztet drobiowy 60g (6) kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 60g (6) ogórek świeży bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogórek świeży 100g dżem truskawkowy niskosłodzony 40g (6) pasztet drobiowy 60g (6) 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 krupnik z kaszą jęczmienną 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa krupnik z kaszą jęczmienną 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek: 17:00				Deser mleczny 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g surówka z marchwi i jabłka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2039,39kcal/ B:62,17g/ T:42,18g / Kw.tł.nas:8,80g/ W:332,50g/W tym cukier:72,15g/ sól:4,37 / Bł:35,87g /	E:2304,47kcal/ B:62,81g/ T:74,14g / Kw.tł.nas:8,64g/ W:342,10g/W tym cukier:74,55g/ sól:4,05g / Bł:43,66g /	E:2190,19 kcal/ B:62,14g/ T:77,04g / Kw.tł.nas:10,29g/ W:303,15g/W tym cukier:60,72g/ sól:3,76g / Bł:50,26g /	E:2418,37kcal/ B:63,97g/ T:78,22g / Kw.tł.nas:11,20g/ W:357,10g/W tym cukier:91,65g/ sól:4,47g / Bł:42,06g /

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

21.01.2024 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 sałatka rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g sałatka rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g sałatka rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g sałatka rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad: 15:00	Zupa ziemniaczana 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa ziemniaczana 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa ziemniaczana 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa ziemniaczana 300g (1,6,7,9) risotto z mięsem i warzywami 350g (1,6,7,9,10) kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Wafle kakaowe 40g (1,7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser topiony 50g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2128,30 kcal/ B:69,86g/ T:66,70g / Kw.tł.nas:12,63g/ W:354,21g/W tym cukier:52,31g/ sól:7,32g / Bł:24,48g /	E:2153,89 kcal/ B:70,50g/ T:66,22g / Kw.tł.nas:12,47g/ W:363,81g/W tym cukier:54,71g/ sól:7,00g / Bł:27,99g /	E:2054,72kcal/ B:65,70g/ T:66,70g / Kw.tł.nas:12,47g/ W:336,61g/W tym cukier:52,63g/ sól:6,68g / Bł:35,03g /	E:2340,69kcal/ B:72,54g/ T:78,30g / Kw.tł.nas:17,83g/ W:378,21g/W tym cukier:65,91g/ sól:7,38g / Bł:28,39g /

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

22.01.2024 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	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) smalczyk z fasoli jabłka i cebuli 50g (9,10) pomidor 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) smalczyk z fasoli jabłka i cebuli 50g (9,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) smalczyk z fasoli jabłka i cebuli 50g (9,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) smalczyk z fasoli jabłka i cebuli 50g (9,10) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad: 15:00	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 300g (1,7) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g kapusta modra 200g kisiel 250g	Zupa ryżowa 300g (9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g kapusta modra 200g kisiel 250g	Zupa ryżowa 300g (9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g kapusta modra 200g kisiel 250g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 300g (1,7) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g kapusta modra 200g kisiel 250g
Podwieczorek: 17:00				Kisiel owocowy 250g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu, ryby i warzyw 200g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu, ryby i warzyw 200g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu, ryby i warzyw 200g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta z twarogu, ryby i warzyw 200g (4,7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2328,56kcal/ B:99,38g/ T:48,11g / Kw.tł.nas: 10,85g/ W:398,92g/W tym cukier:64,82g/ sól:3,78g / Bł:44,85g /	E:2280,78kcal/ B:95,40g/ T:47,68g / Kw.tł.nas:10,80g/ W:392,21g/W tym cukier:65,42g/ sól:3,86g / Bł:44,39g /	E:1994,40 kcal/ B:86,04g/ T:47,04g / Kw.tł.nas:10,56g/ W:328,21g/W tym cukier:62,06g/ sól:2,74g / Bł:44,71g /	E:2629,26 kcal/ B:99,38g/ T:68,79g / Kw.tł.nas:10,85g/ W:410,40g/W tym cukier:69,82g/ sól:3,78g / Bł:47,09g /

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 łąbinu/ 14 – owoce morza

23.01.2024 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	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szcypiorek 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szcypiorek 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szcypiorek 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szcypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,6,7,9) kotlet z ryby 100g (1,4,6,7,10) surówka z kapusty pekińskiej 150g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,6,7,9) kotlet z ryby 100g (1,4,6,7,10) surówka z kapusty pekińskiej 150g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,6,7,9) kotlet z ryby 100g (1,4,6,7,10) surówka z kapusty pekińskiej 150g ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,6,7,9) kotlet z ryby 100g (1,4,6,7,10) surówka z kapusty pekińskiej 150g ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g buraczki z jabłkiem 150g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g buraczki z jabłkiem 150g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g buraczki z jabłkiem 150g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g buraczki z jabłkiem 150g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2110,57 kcal/ B:79,52g/ T:44,59g / Kw.tł.nas:10,40g/ W:344,75g/W tym cukier:64,18g/ sól:5,95g / Bł:29,26g /	E:2136,56 kcal/ B:80,16g/ T:44,11g / Kw.tł.nas:10,24g/ W:354,35g/W tym cukier:66,58g/ sól:5,63g / Bł:30,86g /	E:2037,39kcal/ B:75,36g/ T:44,59g / Kw.tł.nas:10,24g/ W:327,15g/W tym cukier:64,50g/ sól:5,31g / Bł:37,26g /	E:2233,96 kcal/ B:83,72g/ T:48,34g / Kw.tł.nas:12,80g/ W:367,70 g/W tym cukier:64,18g/ sól:6,10g / Bł:29,26g /

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

24.01.2024 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) serek wiejski 50g (7) szyneczka delikatesowa 50g papryka świeża 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) serek wiejski 50g (7) szyneczka delikatesowa 50g papryka świeża 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 50g (7) szyneczka delikatesowa 50g papryka świeża 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 50g (7) szyneczka delikatesowa 50g papryka świeża 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 pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,3,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) sok z wodą 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,3,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) sok z wodą 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,3,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) sok z wodą 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,3,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) sok z wodą 250g
Podwieczorek: 17:00				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2397,54 kcal/ B:109,58 g/ T:90,32g / Kw.tł.nas:14,40g/ W:326,90g/W tym cukier:32,45g/ sól:6,05g / Bł:47,67g /	E:2423,12kcal/ B:110,22g/ T:89,84g / Kw.tł.nas:14,24g/ W:336,50g/W tym cukier:61,10g/ sól:5,73g / Bł:34,85g /	E:2323,92 kcal/ B:105,42 g/ T:90,32g / Kw.tł.nas:14,24g/ W:309,30 g/W tym cukier:32,77g/ sól:5,41g / Bł:56,31g /	E:2529,62kcal/ B:116,22g/ T:94,70g / Kw.tł.nas:14,30g/ W:339,78g/W tym cukier:34,45g/ sól:6,05g / Bł:37,67g /

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

25.01.2024 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	Kasza manna na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) konserwa rybna 60g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) konserwa rybna 60g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) konserwa rybna 60g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) konserwa rybna 60g (2,4) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Kefir 150g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)
Obiad: 15:00	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Gruszka 150g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem 200g (3,7,6,9,10) szynka drobiowa 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem 200g (3,7,6,9,10) szynka drobiowa 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem 200g (3,7,6,9,10) szynka drobiowa 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka jarzynowa z jogurtem 200g (3,7,6,9,10) szynka drobiowa 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2405,89 kcal/ B:91,75g/ T:44,04g / Kw.tł.nas:11,13g/ W:389,42g/W tym cukier:84,53g/ sól:6,08g / Bł:37,51g /	E:2468,27kcal/ B:94,47g/ T:43,56g / Kw.tł.nas:11,05g/ W:407,83g/W tym cukier:86,87g/ sól:6,08g / Bł:34,79g /	E:2323,58kcal/ B:95,07g/ T:43,44g / Kw.tł.nas:10,85g/ W:365,63g/W tym cukier:74,79g/ sól:5,94 / Bł:41,83g /	E:2529,68kcal/ B:93,98g/ T:44,19g / Kw.tł.nas:11,21g/ W:420,73g/W tym cukier:84,37g/ sól:6,40g / Bł:32,67g /

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

26.01.2024 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) twarożek 50g (7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) pomidor 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) twarożek 50g (7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	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 kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek 50g (7) humus 50g (2,3,4,6,9,10) pomidor 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 z fasolką szparagową 300g (1,7,9) śledź w sosie tatarskim 200g (3,4) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową 300g (1,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 200g (1,3,4,7) marchew oprószana z groszkiem 150g (1) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową 300g (1,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 200g (1,3,4,7) marchew oprószana z groszkiem 150g (1) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową 300g (1,7,9) śledź w sosie tatarskim 200g (3,4) 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) szynka wędzona 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2143,36 kcal/ B:74,34g/ T:72,60g / Kw.tł.nas:24,42g/ W:295,42g/W tym cukier:53,50g/ sól:7,77g / Bł:25,41g /	E:2228,97kcal/ B:94,29g/ T:60,83g / Kw.tł.nas:22,55g/ W:330,68g/W tym cukier:57,10g/ sól:4,72g / Bł:36,00g /	E:2129,75kcal/ B:89,49g/ T:61,31g / Kw.tł.nas:22,55g/ W:303,48g/W tym cukier:55,02g/ sól:4,40g / Bł:43,04 /	E:2335,36kcal/ B:85,14g/ T:79,05g / Kw.tł.nas:28,62g/ W:317,92g/W tym cukier:73,00g/ sól:7,88g / Bł:25,41g /

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

27.01.2024 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 żółty 50g (7) pasztet drobiowy 60g (6) papryka świeża 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) ser topiony 50g (7) pasztet drobiowy 60g (6) papryka świeża 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser topiony 50g (7) pasztet drobiowy 60g (6) papryka świeża 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) pasztet drobiowy 60g (6) papryka świeża 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
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 (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) chleb pszenno-żytni 30g (1) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) łazanki z białej kapusty 350g (1,3,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) łazanki z białej kapusty 350g (1,3,6,7,9,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) chleb pszenno-żytni 30g (1) kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Maślanka owocowa 200g (7)
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówka delikatesowa 100g ketchup 20g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) parówka delikatesowa 100g ketchup 20g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówka delikatesowa 100g ketchup 20g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówka delikatesowa 100g ketchup 20g (9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2304,19kcal/ B:85,12g/ T:92,14g / Kw.tł.nas:13,02g/ W:276,06g/W tym cukier:46,77g/ sól:7,17g / Bł:26,50g /	E:2222,16 kcal/ B:74,08/ T:77,12g / Kw.tł.nas:20,30g/ W:316,65g/W tym cukier:51,08 g/ sól:6,95g / Bł:38,98g /	E:2122,96 kcal/ B:69,28g/ T:76,60g / Kw.tł.nas:20,30g/ W:289,45g/W tym cukier:49,00g/ sól:6,63g / Bł:41,61g /	E:2466,17 kcal/ B:90,72g/ T:94,74g / Kw.tł.nas:14,62g/ W:300,06g/W tym cukier:70,97g/ sól:7,37g / Bł:26,50g /

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

28.01.2024 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) połudwica drobiowa 50g paprykarz warzywny 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250 g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica drobiowa 50g paprykarz warzywny 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250 g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica drobiowa 50g paprykarz warzywny 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250 g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica drobiowa 50g paprykarz warzywny 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250 g
II śniadanie: 11:00	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad: 15:00	Zupa ryżowa 300g schab gotowany w sosie własnym (1) ziemniaki 200g buraczki po włosku 150g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g schab gotowany w sosie własnym (1) ziemniaki 200g buraczki po włosku 150g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g schab gotowany w sosie własnym (1) ziemniaki 200g buraczki po włosku 150 g kompot 250g	Zupa ryżowa 300g schab gotowany w sosie własnym (1) ziemniaki 200g buraczki po włosku 150 g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Banan 100g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jabłko 150g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (7,3,6) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) jabłko 150g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (7,3,6) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jabłko 150g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (7,3,6) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jabłko 150g sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 250g (7,3,6) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2235,21 kcal/ B:96,31g/ T:61,54g / Kw.tł.nas:8,66g/ W:374,68g/W tym cukier:50,97g/ sól:4,75g / Bł:39,45g /	E:2260,81 kcal/ B:96,95g/ T:61,06g / Kw.tł.nas:8,50g/ W:384,28g/W tym cukier:53,37g/ sól:4,43g / Bł:41,05g /	E:2128,63kcal/ B:93,95g/ T:61,54g / Kw.tł.nas:8,65g/ W:342,08g/W tym cukier:59,24g/ sól:4,12g / Bł:48,09g /	E:2324,22kcal/ B:97,31g/ T:61,64g / Kw.tł.nas:8,66g/ W:397,68g/W tym cukier:50,97g/ sól:4,75 / 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

29.01.2024 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	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7,9,10) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie: 11:00	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad: 15:00	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) klopsiki w sosie własnym 200g (1,4) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) klopsiki w sosie własnym 200g (1,4) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) klopsiki w sosie własnym 200g (1,4) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) klopsiki w sosie własnym 200g (1,4) ryż na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 150g kompot 250g
Podwieczorek: 17:00				Jabłko 150g
Kolacja: 19:00	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1,3,5,6,7,9) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 250g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2407,22 kcal/ B:93,06g/ T:61,26g / Kw.tł.nas:7,91g/ W:368,13g/W tym cukier:48,34g/ sól:4,73g / Bł:43,27g /	E:2420,02kcal/ B:93,38g/ T:61,02g / Kw.tł.nas:7,83g/ W:372,93g/W tym cukier:49,54g/ sól:4,57g / Bł:44,07g /	E:2413,05 kcal/ B:90,44g/ T:57,83g / Kw.tł.nas:8,10 g/ W:398,01g/W tym cukier:48,32g/ sól:4,42g / Bł:58,83g /	E:2482,25kcal/ B:93,66g/ T:62,76g / Kw.tł.nas:7,97g/ W:386,13g/W tym cukier:48,27g/ sól:4,73g / Bł:43,27g /

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

