

Jadłospis za okres od dnia 29.02.2024 do dnia 09.03.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

29.02.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) smalczyk z fasoli, jabłka i cebulki 50g (9,10) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) smalczyk z fasoli, jabłka i cebulki 50g (9,10) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kisiel 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kisiel 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kisiel 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,6,7,9) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kisiel 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80 g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80 g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80 g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2170,26kcal/ B:94,91g/ T:47,37g / Kw.tł.nas:8,82g/ W:365,24g/W tym cukier:53,87g/ sól:4,42g / Bł:49,44g /	E:2266,36kcal/ B:91,95g/ T:53,54g / Kw.tł.nas:7,91g/ W:380,04g/W tym cukier:58,82g/ sól:4,90g / Bł:53,04g /	E:2147,88 kcal/ B:86,34g/ T:64,97g / Kw.tł.nas:13,53g/ W:298,20g/W tym cukier:45,12g/ sól:5,81g / Bł:29,57g /	E:2293,26kcal/ B:99,11g/ T:51,12g / Kw.tł.nas:11,22g/ W:388,19g/W tym cukier:53,87g/ sól:4,57g / Bł:49,44g /

**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

01.03.2024 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) szyneczka delikatesowa 50g szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) szyneczka delikatesowa 50g szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) szyneczka delikatesowa 50g szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) szyneczka delikatesowa 50g szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g (6)
Kolacja:	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:2052,98 kcal/ B:81,57g/ T:71,56g / Kw.tł.nas:15,48/ W:281,75g/W tym cukier:62,64g/ sól:10,86g / Bł:22,36g /	E:2288,89kcal/ B:102,99g/ T:69,67g / Kw.tł.nas:19,40g/ W:323,75g/W tym cukier:85,56g/ sól:9,58g / Bł:27,38g /	E:2169,67kcal/ B:98,19g/ T:70,15g / Kw.tł.nas:19,40g/ W:291,55g/W tym cukier:78,48g/ sól:9,26g / Bł:34,42g /	E:2275,28kcal/ B:86,58g/ T:72,85g / Kw.tł.nas:15,83g/ W:327,65g/W tym cukier:70,04g/ sól:10,87g / Bł:25,08g /

**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

02.03.2024 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (2,4) szynka drobiowa 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (2,4) szynka drobiowa 50g pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (2,4) szynka drobiowa 50g pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (2,4) szynka drobiowa 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie:	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Kefir 200g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) ryż z jogurtem owocowym 350g (7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) ryż z jogurtem naturalnym 350g (7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,7,9,10) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1946,25kcal/ B:85,80g/ T:34,68g / Kw.tł.nas: 8,22g/ W:309,73g/W tym cukier:49,93g/ sól:3,29g / Bł:25,46g /	E:2194,32kcal/ B:57,63g/ T:50,26g / Kw.tł.nas:11,41g/ W:358,38g/W tym cukier:55,33g/ sól:4,29g / Bł:20,66g /	E:1964,56 kcal/ B:60,03g/ T:50,14g / Kw.tł.nas:11,36g/ W:288,17g/W tym cukier:38,30g/ sól:4,16g / Bł:27,70g /	E:2323,99kcal/ B:89,60g/ T:85,05g / Kw.tł.nas:13,95g/ W:279,19g/W tym cukier:75,48g/ sól:5,66g / Bł:22,90g /

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

03.03.2024 niedziela				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z kapusty pekińskiej 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z kapusty pekińskiej 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z kapusty pekińskiej 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana 200g (1,3,5,7,9,10) surówka z kapusty pekińskiej 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2284,20 kcal/ B:72,67g/ T:92,25g / Kw.tł.nas:18,07g/ W:341,64g/W tym cukier:61,16g/ sól:3,93g / Bł:29,00g /	E:2309,80 kcal/ B:73,31g/ T:91,77g / Kw.tł.nas:17,91g/ W:351,24g/W tym cukier:63,56g/ sól:3,61g / Bł:30,60g /	E:2127,86kcal/ B:68,57g/ T:92,30g / Kw.tł.nas:17,92g/ W:303,21g/W tym cukier:40,44g/ sól:3,29g / Bł:37,64g /	E:2331,8 kcal/ B:72,67g/ T:92,25g / Kw.tł.nas:18,07g/ W:353,12 g/W tym cukier:66,16g/ sól:3,93g / Bł:29,00g /

**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

04.03.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) papryka 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka konserwowa 50g (1,6,9,10) papryka 100g 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) papryka 100g 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) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)
Obiad:	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,6,7,9,10) leczo 250g ziemniaki 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2127,29kcal/ B:85,18 g/ T:44,34g / Kw.tł.nas:10,37g/ W:330,09g/W tym cukier:74,15g/ sól:6,05g / Bł:40,70g /	E:2152,89kcal/ B:85,82g/ T:43,86g / Kw.tł.nas:10,21g/ W:339,69g/W tym cukier:76,55g/ sól:5,73g / Bł:42,30g /	E:2063,27 kcal/ B:83,42 g/ T:44,10g / Kw.tł.nas:10,21g/ W:316,09g/W tym cukier:65,51g/ sól:5,57g / Bł:45,82g /	E:2202,29kcal/ B:85,78g/ T:45,84g / Kw.tł.nas:10,43g/ W:348,09g/W tym cukier:74,15g/ sól:6,05g / Bł:40,70g /

**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

05.03.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) dżem 40g (6) ogórek świeży 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) dżem 40g (6) ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) dżem 40g (6) ogórek świeży 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,4) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,4) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,4) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,10) klopsiki w sosie własnym 250g (1,4) kasza jęczmienna 200g (1,7,9,10) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g jabłko 150g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g jabłko 150g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g jabłko 150g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g jabłko 150g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2236,23kcal/ B:81,25g/ T:59,62g / Kw.tł.nas:8,39g/ W:363,05g/W tym cukier:72,44g/ sól:3,70g / Bł:42,42g /	E:2261,83kcal/ B:81,89g/ T:59,14g / Kw.tł.nas:8,23g/ W:372,65g/W tym cukier:74,84g/ sól:3,38g / Bł:44,02g /	E:2142,89kcal/ B:79,67g/ T:65,59g / Kw.tł.nas:8,66g/ W:325,62g/W tym cukier:38,98g/ sól:3,78g / Bł:51,52g /	E:2359,67kcal/ B:87,89g/ T:64,00g / Kw.tł.nas:8,39g/ W:376,03g/W tym cukier:73,44g/ sól:3,70g / Bł:42,42g /

**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

06.03.2024 środa				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser topiony 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6) sałata zielona 50g 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 50g (6) sałata zielona 50g 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 50g (6) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa grysikowa 300g ( 1,6,7,9,10) placki ziemniaczane 300g (1,3) śmietana 30g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa 300g ( 1,6,7,9,10) łazanki z białej kapusty 350g (1,6,7,9,10) herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa 300g ( 1,6,7,9,10) łazanki z białej kapusty 350g (1,6,7,9,10) herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa 300g ( 1,6,7,9,10) placki ziemniaczane 300g (1,3) śmietana 30g (7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 150g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2253,18 kcal/ B:71,01g/ T:86,93g / Kw.tł.nas:16,52g/ W:342,06g/W tym cukier:48,55g/ sól:5,59 / Bł:32,42g /	E:2336,39 kcal/ B:78,73g/ T:76,63g / Kw.tł.nas:20,10g/ W:388,00g/W tym cukier:55,49g/ sól:6,85g / Bł:38,77g /	E:2152,18 kcal/ B:75,73g/ T:77,11g / Kw.tł.nas:20,25g/ W:332,80g/W tym cukier:48,36g/ sól:6,55g / Bł:45,81g /	E:2390,18kcal/ B:85,06g/ T:77,38g / Kw.tł.nas:20,22g/ W:404,91g/W tym cukier:58,00g/ sól:5,59g / Bł:30,42g /

**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

07.03.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g pomidor 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,5,6,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g 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) szynka drobiowa 50g 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) szynka drobiowa 50g pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	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) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,3,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,3,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony 300g (1,7,9,10) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,3,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałatka jarzynowa 100g (3,6,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałatka jarzynowa 100g (3,6,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałatka jarzynowa 100g (3,6,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g sałatka jarzynowa 100g (3,6,9,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2287,56kcal/ B:87,53g/ T:49,45g / Kw.tł.nas:11,15g/ W:359,20g/W tym cukier:56,71 g/ sól:4,34g / Bł:24,08g /	E:2229,26 kcal/ B:73,62/ T:47,73g / Kw.tł.nas:6,74g/ W:365,32g/W tym cukier:52,55 g/ sól:3,99g / Bł:25,33g /	E:2047,33kcal/ B:68,88g/ T:48,26g / Kw.tł.nas:6,75g/ W:317,29g/W tym cukier:29,43g/ sól:3,67g / Bł:32,37g /	E:2357,41kcal/ B:72,98g/ T:48,21g / Kw.tł.nas:6,90g/ W:391,72g/W tym cukier:50,15g/ sól:4,31g / Bł:23,73g /

**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



08.03.2024 piątek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) marmolada 40g (6) ogórek świeży 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) marmolada 40g (6) ogórek świeży 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 kanapkowy 50g (7) pasztet sojowy 60g (9,10) ogórek świeży 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 kanapkowy 50g (7) marmolada 40g (6) ogórek świeży 100g kakao na mleku 300g (1,3,5,6,7,9,10)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Gruszka 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (3,6,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (3,6,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (3,6,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (3,6,7) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2285,74 kcal/ B:100,01g/ T:65,21g / Kw.tł.nas:11,97g/ W:321,71g/W tym cukier:51,47 g/ sól:4,72g / Bł:38,87g /	E:2311,34 kcal/ B:100,65g/ T:64,73g / Kw.tł.nas:11,81g/ W:331,31g/W tym cukier:53,87g/ sól:4,40g / Bł:40,47g	E:2148,13kcal/ B:98,21g/ T:64,81g / Kw.tł.nas:11,80g/ W:289,91g/W tym cukier:47,83g/ sól:4,24g / Bł:42,87g /	E:2372,74kcal/ B:100,16g/ T:65,36g / Kw.tł.nas:11,97g/ W:344,21g/W tym cukier:51,47g/ sól:4,72g / Bł:38,87g /

**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

09.03.2024 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g kawa zbożowa z z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g humus 60g (2,3,4,6,9) sałata zielona 50g kawa zbożowa z z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g humus 60g (2,3,4,6,9) sałata zielona 50g kawa zbożowa z z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g kawa zbożowa z z mlekiem 250g (1,3,5,6,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa kapuśniak z kapusty białej i ziemniakami 300g (1,7) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej i ziemniakami 300g (1,7) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej i ziemniakami 300g (1,7) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej i ziemniakami 300g (1,7) spaghetti sos 200g (1,7,9) makaron 150g (1,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z ryby, twarogu i warzyw 80g (4,7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E;2163,16kcal/ B:102,37g/ T:47,83g / Kw.tł.nas:12,47g/ W:339,76g/W tym cukier:49,32g/ sól:3,97g / Bł:21,64g /	E:2317,86kcal/ B:105,22g/ T:58,70g / Kw.tł.nas:24,01g/ W:356,86g/W tym cukier:52,62g/ sól:4,43g / Bł:23,24g /	E:2163,94kcal/ B:100,48g/ T:59,23g / Kw.tł.nas:24,02 g/ W:315,83g/W tym cukier:36,50g/ sól:4,11g / Bł:30,28g /	E:2302,66kcal/ B:104,17g/ T:51,43g / Kw.tł.nas:14,87g/ W:364,36g/W tym cukier:68,82g/ sól:4,08g / 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

