

Jadłospis za okres od dnia 30.03.2024 do dnia 08.04.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

30.03.2024 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) dżem 40g szyneczka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g szyneczka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g szyneczka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g szyneczka drobiowa 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Kefir 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa grysikowa 300g (1,9) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa grysikowa 300g (1,9) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa grysikowa 300g (1,9) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa grysikowa 300g (1,9) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2212,83kcal/ B:83,82g/ T:37,40g / Kw.tł.nas:9,48g/ W:363,56g/W tym cukier:93,76g/ sól:5,18g / Bł:20,89g /	E:2238,43kcal/ B:84,46g/ T:36,92g / Kw.tł.nas:9,32g/ W:373,16g/W tym cukier:96,16g/ sól:4,86g / Bł:22,49g /	E:2087,59 kcal/ B:83,79g/ T:49,22g / Kw.tł.nas:10,67g/ W:303,06g/W tym cukier:48,23g/ sól:4,62g / Bł:31,09g /	E:2352,33kcal/ B:85,62g/ T:41,00g / Kw.tł.nas:11,88g/ W:388,16g/W tym cukier:113,26g/ sól:5,28g / Bł:20,89g /

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

31.03.2024 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) kiełbasa biała 100g jajko gotowane 50g (3) majonez 10g (3,10) pomidor 100g babka piaskowa 50g (1,3) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) kiełbasa biała 100g jajko gotowane 50g (3) majonez 10g (3,10) pomidor bez skórki 100g babka piaskowa 50g (1,3) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) kiełbasa biała 100g jajko gotowane 50g (3) majonez 10g (3,10) pomidor bez skórki 100g babka piaskowa 50g (1,3) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) kiełbasa biała 100g jajko gotowane 50g (3) majonez 10g (3,10) pomidor 100g babka piaskowa 50g (1,3) herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa żurek 300g (1,7,9) kotlet schabowy panierowany 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa żurek 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa żurek 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7,9) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa żurek 300g (1,7,9) kotlet schabowy panierowany 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 50g (12) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 50g (12) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 50g (12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) ćwikła z chrzanem 50g (12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2286,54kcal/ B:88,38g/ T:78,37g / Kw.tł.nas:8,53g/ W:315,78g/W tym cukier:57,00g/ sól:3,48g / Bł:29,05g /	E:2392,06kcal/ B:93,93g/ T:99,13g / Kw.tł.nas:9,34g/ W:296,84g/W tym cukier:59,40g/ sól:3,37g / Bł:29,00g /	E:2212,83kcal/ B:89,13g/ T:99,61g / Kw.tł.nas:9,34g/ W:249,64g/W tym cukier:37,32g/ sól:2,25g / Bł:36,04g /	E:2311,54kcal/ B:88,58g/ T:78,87g / Kw.tł.nas:8,55g/ W:321,78g/W tym cukier:57,00g/ sól:3,48g / Bł:29,05g /

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

01.04.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) boczek 50g (6,9,10) chrzan 20g (12) rzodkiewka 100g jabłecznik 100g (1,3,7) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g (6) chrzan 20g (12) rzodkiewka 100g jabłecznik 100g (1,3,7) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g (6) chrzan 20g (12) rzodkiewka 100g jabłecznik 100g (1,3,7) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) boczek 50g (6,9,10) chrzan 20g (12) rzodkiewka 100g jabłecznik 100g (1,3,7) herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1,7)	Owsianka z owocami 100g (1,7)	Owsianka z owocami 100g (1,7)	Owsianka z owocami 100g (1,7)
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) udko pieczone 150g (9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) udko pieczone 150g (9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) udko pieczone 150g (9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) udko pieczone 150g (9) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2219,89kcal/ B:93,23g/ T:62,36g / Kw.tł.nas:8,07g/ W:378,18g/W tym cukier:92,94g/ sól:4,23g / Bł:32,50g /	E:2122,49kcal/ B:95,54g/ T:38,98g / Kw.tł.nas:8,11g/ W:388,53g/W tym cukier:95,59g/ sól:4,91g / Bł:34,10g /	E:1943,26 kcal/ B:90,74g/ T:39,46g / Kw.tł.nas:8,11g/ W:341,33g/W tym cukier:73,51g/ sól:3,79g / Bł:41,14g /	E:2219,89kcal/ B:93,23g/ T:62,36g / Kw.tł.nas:8,07g/ W:378,18g/W tym cukier:92,94g/ sól:4,23g / Bł:32,50g /

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

02.04.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka z natką pietruszki 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2330,17 kcal/ B:76,02g/ T:78,07g / Kw.tł.nas:12,13g/ W:329,18g/W tym cukier:77,24g/ sól:4,77g / Bł:18,27g /	E:2355,77 kcal/ B:76,66g/ T:77,59g / Kw.tł.nas:11,97g/ W:338,78g/W tym cukier;79,64g/ sól:4,45g / Bł:19,87g /	E:2176,54kcal/ B:71,86g/ T:78,07g / Kw.tł.nas:11,97g/ W:291,58g/W tym cukier:57,56g/ sól:3,33g / Bł:26,91g /	E:2483,92kcal/ B:76,02g/ T:78,07g / Kw.tł.nas:12,13g/ W:365,18g/W tym cukier:77,24g/ sól:4,77g / Bł:18,27g /

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

03.04.2024 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) serek wiejski 100g (7) miód 20g roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) miód 20g roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) serek wiejski 100g (7) miód 20g roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,3,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,3,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,3,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa z natką pietruszki 300g (1,3,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna 200g (1) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 150g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1949,93kcal/ B:88,58g/ T:46,81g / Kw.tł.nas:13,44g/ W:311,21g/W tym cukier:47,50g/ sól:5,36g / Bł:46,21g /	E:1975,53kcal/ B:89,22g/ T:46,33g / Kw.tł.nas:13,28g/ W:320,81g/W tym cukier:49,90g/ sól:5,04g / Bł:47,81g /	E:1942,11 kcal/ B:89,58 g/ T:48,19g / Kw.tł.nas:14,26g/ W:275,27 g/W tym cukier:19,82g/ sól:5,24g / Bł:51,67g /	E:2387,93kcal/ B:103,58g/ T:66,31g / Kw.tł.nas:17,34g/ W:383,21g/W tym cukier:56,95g/ sól:5,36g / Bł:46,21g /

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

04.04.2024 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 kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,9,10) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto z ryżem paraboiled 350g (9) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto z ryżem paraboiled 350g (9) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,9,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2195,08kcal/ B:73,12g/ T:71,50g / Kw.tł.nas:8,68g/ W:305,59g/W tym cukier:62,66g/ sól:7,05g / Bł:37,44g /	E:2021,08kcal/ B:75,26g/ T:49,13g / Kw.tł.nas:11,38g/ W:316,63g/W tym cukier:62,37g/ sól:6,75g / Bł:42,26g /	E:1904,25kcal/ B:73,18g/ T:49,13g / Kw.tł.nas:11,30g/ W:287,83g/W tym cukier:42,53g/ sól:6,03g / Bł:46,58g /	E:2387,08kcal/ B:83,92g/ T:77,95g / Kw.tł.nas:12,88g/ W:328,09g/W tym cukier:82,16g/ sól:7,16g / Bł:37,44g /

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

05.04.2024 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) mozzarella 60g (7) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) mozzarella 60g (7) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 100g (1,3,4) ziemniaki 200g buraki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 100g (1,3,4) ziemniaki 200g buraki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 100g (1,3,4) ziemniaki 200g buraki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 100g (1,3,4) ziemniaki 200g buraki po włosku 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2322,02 kcal/ B:96,97g/ T:82,73g / Kw.tł.nas:14,33g/ W:338,50g/W tym cukier:52,75g/ sól:4,40g / Bł:34,08g /	E:2285,62kcal/ B:93,01g/ T:76,75g / Kw.tł.nas:15,82g/ W:349,60g/W tym cukier:57,40g/ sól:4,12g / Bł:35,68g /	E:2166,40 kcal/ B:88,21g/ T:77,23g / Kw.tł.nas:15,82g/ W:317,40g/W tym cukier:50,32g/ sól:3,00g / Bł:42,72g /	E:2344,52kcal/ B:97,87g/ T:82,73g / Kw.tł.nas:14,33g/ W:343,45g/W tym cukier:57,70g/ sól:4,40g / Bł:34,08g /

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

06.04.2024 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) szyneczka konserwowa 50g sałata zielona 50g mus z jabłek 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata zielona 50g mus z jabłek 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata zielona 50g mus z jabłek 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata zielona 50g mus z jabłek 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g kompot z jabłek 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g kompot z jabłek 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g kompot z jabłek 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana 200g kompot z jabłek 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2157,15kcal/ B:109,22g/ T:57,76g / Kw.tł.nas:11,72g/ W:319,78g/W tym cukier:37,48g/ sól:4,46g / Bł:32,28g /	E:2182,75kcal/ B:109,86g/ T:57,28g / Kw.tł.nas:11,56g/ W:329,38g/W tym cukier:39,88g/ sól:4,14g / Bł:33,88g /	E:1998,53kcal/ B:106,86g/ T:57,76g / Kw.tł.nas:11,71g/ W:274,18g/W tym cukier:32,75g/ sól:3,03g / Bł:40,92g /	E:2219,15kcal/ B:109,22g/ T:57,76g / Kw.tł.nas:11,72g/ W:332,78g/W tym cukier:48,48g/ sól:4,46g / Bł:35,48g /

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

07.04.2024 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) szynka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,9) makaron w sosie serowo-szpinakowy 250g (1,3,7,9) kompot z jabłek 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,9) makaron w sosie serowo-szpinakowy 250g (1,3,7,9) kompot z jabłek 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,9) makaron w sosie serowo-szpinakowy 250g (1,3,7,9) kompot z jabłek 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej 300g (1,9) makaron w sosie serowo-szpinakowy 250g (1,3,7,9) kompot z jabłek 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2175,08kcal/ B:76,01g/ T:57,50g / Kw.tł.nas:12,75/ W:322,20g/W tym cukier:79,49g/ sól:5,42g / Bł:29,69g /	E:2200,68kcal/ B:76,65g/ T:57,02g / Kw.tł.nas:12,59g/ W:308,36g/W tym cukier:81,89g/ sól:5,10g / Bł:31,29g	E:1941,95kcal/ B:75,25g/ T:54,90g / Kw.tł.nas:10,19g/ W:267,60g/W tym cukier:40,31g/ sól:3,87g / Bł:38,33g /	E:2378,33kcal/ B:80,53g/ T:58,67g / Kw.tł.nas:13,07g/ W:364,21g/W tym cukier:86,85g/ sól:5,42g / Bł:32,16g /

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

08.04.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa ryżowa z ryżem paraboiled 300g (9) sos mięsny 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kapusta modra 200g (12) kompot 250g	Zupa ryżowa z ryżem paraboiled 300g (9) sos mięsny 250g (1,7,9) kluski śląskie 350g (3) kapusta modra 200g (12) kompot 250g	Zupa ryżowa z ryżem paraboiled 300g (9) sos mięsny 250g (1,7,9) kluski śląskie 350g (3) kapusta modra 200g (12) kompot 250g	Zupa ryżowa z ryżem paraboiled 300g (9) sos mięsny 250g (1,7,9) kluski śląskie 350g (3) kapusta modra 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Jabłka 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu, wędliny i warzyw 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2150,36kcal/ B:79,57g/ T:49,21g / Kw.tł.nas:12,47g/ W:349,19g/W tym cukier:79,39g/ sól:4,62g / Bł:38,47g /	E:2313,78kcal/ B:81,25g/ T:50,12g / Kw.tł.nas:12,40g/ W:388,19g/W tym cukier:81,94g/ sól:4,32g / Bł:36,00g /	E:2134,55 kcal/ B:76,45g/ T:50,60g / Kw.tł.nas:12,40g/ W:340,99g/W tym cukier:59,86g/ sól:3,20g / Bł:43,04g /	E:2363,18kcal/ B:81,21g/ T:52,10g / Kw.tł.nas:12,62g/ W:396,59g/W tym cukier:79,54g/ sól:4,64g / Bł:34,40g /

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

