

Jadłospis za okres od dnia 19.05.2024 do dnia 28.05.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

| 19.05.2024 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) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,7) szczypiorek 50g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,7) szczypiorek 50g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) sałatka rybna 60g (4,6,7) szczypiorek 50g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,7) szczypiorek 50g herbata 250g |
| II śniadanie: | Kubuś sok 300g | Kubuś sok 300g | Kubuś sok 300g | Kubuś sok 300g |
| Obiad: | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g | Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałatka kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g |
| Podwieczorek: | | | | Serek homogenizowany 150g (7) |
| 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:2414,49cal/ B:94,27g/ T:63,64g / Kw.tł.nas:12,96g/ W:375,87g/W tym cukier:101,41g/ sól:4,74g / Bł:48,38g / | E:2440,09kcal/ B:94,91g/ T:63,16g / Kw.tł.nas:12,80g/ W:385,47g/W tym cukier:103,81g/ sól:4,42g / Bł:49,98g / | E:2260,86kcal/ B:90,11g/ T:63,64g / Kw.tł.nas:12,80g/ W:338,27g/W tym cukier:81,73g/ sól:3,30g / Bł:57,02g / | E:2606,49kcal/ B:105,07g/ T:70,09g / Kw.tł.nas:17,16g/ W:398,37/W tym cukier:120,91g/ sól:4,84g / Bł:48,38g / |

Alergeny: 1 - gluten/ 2 – skorupiaki i produkty pochodne/ 3 – jaja i produkty pochodne/ 4 – ryby i produkty pochodne/ 5 – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ 6 – soja i produkty pochodne/ 7 – mleko i produkty pochodne/ 8 -orzechy 9 – seler i produkty pochodne/ 10 – gorczyca i produkty pochodne/ 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne/ 12 – dwutlenek siarki i siarczyny/ 13 – łubin i produkty pochodne/ 14 – mięczaki i produkty pochodne

| 20.05.2024 poniedziałek | | | | |
|-------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poszczególne diety | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych | Dieta na oddział dzieci i młodzieży |
| Śniadanie; | Makaron na mleku (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) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g | Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) jajko gotowane 50g (3) 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: | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko 150g |
| Obiad: | Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g | Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g | Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g | Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypk 200g kompot 250g |
| Podwieczorek: | | | | Kisiel 250g |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2231,71kcal/ B:92,67g/ T:45,96g / Kw.tł.nas:7,97g/ W:363,25g/W tym cukier:48,32g/ sól:3,37g / Bł:34,90g / | E:2209,13kcal/ B:87,27g/ T:43,08g / Kw.tł.nas:7,75g/ W:369,73g/W tym cukier:50,72g/ sól:3,05g / Bł:32,56g / | E:2029,89kcal/ B:82,47g/ T:43,56g / Kw.tł.nas:7,75g/ W:322,53g/W tym cukier:28,64g/ sól:1,93g / Bł:39,60g / | E:2279,39cal/ B:92,67g/ T:45,96g / Kw.tł.nas:7,97g/ W:374,73g/W tym cukier:53,32g/ sól:3,37g / Bł:34,90g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** -orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

| 21.05.2024 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 razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g (7) ogórek zielony 100g herbata 250g | Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g | Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g | Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g (7) ogórek zielony 100g herbata 250g |
| II śniadanie: | Banan 100g | Banan 100g | Banan 100g | Banan 100g |
| Obiad: | Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kisiel 250g | Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g | Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g | Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g |
| Podwieczorek: | | | | Bułka słodka 100g (1,3) |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2014,57kcal/ B:70,16g/ T:60,55g / Kw.tł.nas:10,69g/ W:341,43g/W tym cukier:52,46g/ sól:5,41g / Bł:23,46g / | E:2213,82kcal/ B:66,26g/ T:49,29g / Kw.tł.nas:8,67g/ W:389,19g/W tym cukier:55,44g/ sól:3,40g / Bł:21,71g / | E:2034,58kcal/ B:61,46g/ T:49,77g / Kw.tł.nas:8,67g/ W:341,99g/W tym cukier:33,36g/ sól:2,28g / Bł:28,75g / | E:2441,92kcal/ B:81,29g/ T:69,39g / Kw.tł.nas:10,53g/ W:425,88g/W tym cukier:58,98g/ sól:3,12g / Bł:18,97g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** -orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

| 22.05.2024 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) humus 60g (6,11) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) humus 60g (6,11) pomidory 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) |
| II śniadanie: | Jogurt owocowy 150g (7) | Jogurt owocowy 150g (7) | Jogurt naturalny 150g (7) | Jogurt owocowy 150g (7) |
| Obiad: | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g |
| Podwieczorek: | | | | Deser mleczny-pudding 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:2375,42kcal/ B:86,54g/ T:105,26 / Kw.tł.nas:25,51g/ W:278,09g/W tym cukier:41,23g/ sól:4,73g / Bł:18,74g / | E:2401,02kcal/ B:87,18g/ T:104,78g / Kw.tł.nas:25,35g/ W:287,69g/W tym cukier:43,63g/ sól:4,41g / Bł:20,34g / | E:2216,80kcal/ B:84,18g/ T:105,26g / Kw.tł.nas:25,50g/ W:232,49g/W tym cukier:36,50g/ sól:3,30g / Bł:27,38g / | E:2514,92kcal/ B:88,34g/ T:108,86g / Kw.tł.nas:27,91g/ W:302,69g/W tym cukier:60,73g/ sól:4,83g / Bł:18,74g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** -orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

| 23.05.2024 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 (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g | Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g | Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g | Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) śledź w pomidorach 60g (4) roszponka 20g herbata 250g |
| II śniadanie: | Deser owocowy 100g | Deser owocowy 100g | Deser owocowy 100g | Deser owocowy 100g |
| Obiad: | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) sok z wodą 250g | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) sok z wodą 250g | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) sok z wodą 250g | Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) sok z wodą 250g |
| Podwieczorek: | | | | Wafel ryżowy 45 g dżem 20g |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2429,12kcal/ B:81,12g/ T:99,56g / Kw.tł.nas:8,84g/ W:302,96g/W tym cukier:64,19/ sól;4,13g / Bł:37,21g / | E:2423,16kcal/ B:81,83g/ T:88,11g / Kw.tł.nas:11,77g/ W:324,52g/W tym cukier:65,28g/ sól:4,23g / Bł:43,20g / | E:2243,92kcal/ B:77,03g/ T:88,59g / Kw.tł.nas:11,77g/ W:277,32g/ W tym cukier:43,20g/ sól;3,11g / Bł:50,24g / | E:2632,37kcal/ B:85,63g/ T:100,73g / Kw.tł.nas:9,16g/ W:344,97g/W tym cukier:71,55g/ sól:4,13g / Bł:39,68g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** - orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

| 24.05.2024 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) ser mozzarella 60g (7) miód 20g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7) | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) miód 20g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7) | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7) | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) miód 20g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7) |
| II śniadanie: | Kiwi 100g | Kiwi 100g | Kiwi 100g | Kiwi 100g |
| Obiad: | Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g | Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) 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 (1,3,7,9) 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 (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g |
| Podwieczorek: | | | | Jogurt owocowy 150g (7) |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2228,37kcal/ B:93,22g/ T:67,86g / Kw.tł.nas:20,45g/ W:292,54g/W tym cukier:65,96g/ sól:4,56g / Bł:31,03g / | E:2415,27kcal/ B:99,85g/ T:74,44g / Kw.tł.nas:23,43g/ W:320,26g/W tym cukier:68,92/ sól:3,28g / Bł:34,29g / | E:2368,25kcal/ B:97,60g/ T:86,42g / Kw.tł.nas:24,18g/ W:276,96g/W tym cukier:49,19g/ sól:2,96g / Bł:43,33g / | E:2351,37kcal/ B:97,42g/ T:71,61g / Kw.tł.nas:22,85g/ W:315,49g/W tym cukier:65,96g/ sól:4,71g / Bł:31,03g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** -orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

| 25.05.2024 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) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7) |
| II śniadanie: | Maślanka owocowa 200g (7) | Maślanka owocowa 200g (7) | Maślanka naturalna 200g (7) | Maślanka owocowa 200g (7) |
| Obiad: | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata ziołowa 250g | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata ziołowa 250g | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata ziołowa 250g | Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata ziołowa 250g |
| Podwieczorek: | | | | Galaretką owocową 250g |
| 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:2279,10kcal/ B:91,23g/ T:52,21g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:358,96g/W tym cukier:83,40g/ sól:5,40g / Bł:16,28g / | E:2304,70kcal/ B:91,87g/ T:51,73g / Kw.tł.nas:15,36g/ W:368,56g/W tym cukier:85,80g/ sól:5,08g / Bł:17,88g / | E:2071,48kcal/ B:86,67g/ T:50,61g / Kw.tł.nas:13,76g/ W:311,96g/W tym cukier:46,72g/ sól:3,76g / Bł:24,92g / | E:2301,60kcal/ B:92,13g/ T:52,21g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:363,91g/W tym cukier:88,35g/ sól:5,40g / Bł:16,28g / |

Alergeny: 1 - gluten/ 2 – skorupiaki i produkty pochodne/ 3 – jaja i produkty pochodne/ 4 – ryby i produkty pochodne/ 5 – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ 6 – soja i produkty pochodne/ 7 – mleko i produkty pochodne/ 8 -orzechy 9 – seler i produkty pochodne/ 10 – gorczyca i produkty pochodne/ 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne/ 12 – dwutlenek siarki i siarczyny/ 13 – łubin i produkty pochodne/ 14 – mięczaki i produkty pochodne

| 26.05.2024 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g |
| II śniadanie: | Owsianka z owocami 100g (7) | Owsianka z owocami 100g (7) | Owsianka z owocami 100g (7) | Owsianka z owocami 100g (7) |
| Obiad: | Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g | Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g | Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g | Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g |
| Podwieczorek: | | | | Wafle kakaowe 40g (1,6,7) |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ogórek kiszony 100g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,9,10) ogórek kiszony 100g herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2250,94kcal/ B:97,50g/ T:67,51g / Kw.tł.nas:15,64g/ W:349,33g/W tym cukier:64,40g/ sól:5,73g / Bł:29,63g / | E:2276,54kcal/ B:98,14g/ T:67,03g / Kw.tł.nas:15,48g/ W:358,93g/W tym cukier:66,80g/ sól:5,41g / Bł:31,23g / | E:2097,30kcal/ B:93,34g/ T:67,51g / Kw.tł.nas:15,48g/ W:311,73g/W tym cukier:44,72g/ sól:4,29g / Bł:38,27g / | E:2463,34kcal/ B:100,18g/ T:79,11g / Kw.tł.nas:20,84g/ W:373,33g/W tym cukier:78,00g/ sól:5,79g / Bł:31,63g / |

Alergeny: 1 - gluten/ 2 – skorupiaki i produkty pochodne/ 3 – jaja i produkty pochodne/ 4 – ryby i produkty pochodne/ 5 – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ 6 – soja i produkty pochodne/ 7 – mleko i produkty pochodne/ 8 -orzechy 9 – seler i produkty pochodne/ 10 – gorczyca i produkty pochodne/ 11 - nasiona sezamu i produkty pochodne/ 12 – dwutlenek siarki i siarczyny/ 13 – łubin i produkty pochodne/ 14 – mięczaki i produkty pochodne

| 27.05.2024 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 papryka świeża 100g herbata 250g | Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g | Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g | Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g |
| II śniadanie: | Gruszka 150g | Gruszka 150g | Gruszka 150g | Gruszka 150g |
| Obiad: | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g | Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g |
| Podwieczorek: | | | | Galaretki owocowa 250g |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2112,44kcal/ B:76,78g/ T:43,49g / Kw.tł.nas:10,13g/ W:345,52g/W tym cukier:72,64g/ sól:4,41g / Bł:38,87g / | E:2138,04kcal/ B:77,42g/ T:43,01g / Kw.tł.nas:9,97g/ W:355,12g/W tym cukier:75,04g/ sól:4,09g / Bł:40,47g | E:1958,80kcal/ B:72,62g/ T:43,49g / Kw.tł.nas:9,97g/ W:307,92g/W tym cukier:52,96g/ sól:2,97g / Bł:47,51g / | E:2237,44kcal/ B:81,78g/ T:43,49g / Kw.tł.nas:10,13g/ W:373,02g/W tym cukier:100,14g/ sól:4,41g / Bł:38,87g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** -orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

| 28.05.2024 wtorek | | | | |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Poszczególne diety | Dieta podstawowa | Dieta łatwostrawna | Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych | Dieta na oddział dzieci i młodzieży |
| Śniadanie: | Kasza manna na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g | Kasza manna na mleku 300g(1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g | Kasza manna na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g | Kasza manna na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g |
| II śniadanie: | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko 150g | Jabłko 150g |
| Obiad: | Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g | Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g | Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g | Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g |
| Podwieczorek: | | | | Deser mleczny-pudding 150g (7) |
| Kolacja: | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g | Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g | Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g | Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g |
| Wartości odżywcze/doba | E:2375,57kcal/ B:80,33g/ T:70,68g / Kw.tł.nas:15,02g/ W:379,90g/W tym cukier:74,49g/ sól:2,98g / Bł:43,00g / | E:2375,97kcal/ B:77,41g/ T:68,98g / Kw.tł.nas:14,52g/ W:380,60g/W tym cukier:76,54g/ sól:2,67g / Bł:31,23g / | E:2259,74kcal/ B:75,13g/ T:75,38g / Kw.tł.nas:14,94g/ W:334,40g/W tym cukier:41,72g/ sól:2,27g / Bł:38,73g / | E:2489,87kcal/ B:78,57g/ T:73,06g / Kw.tł.nas:17,08g/ W:395,60g/W tym cukier:93,64g/ sól:3,10g / Bł:29,63g / |

Alergeny: **1** - gluten/ **2** – skorupiaki i produkty pochodne/ **3** – jaja i produkty pochodne/ **4** – ryby i produkty pochodne/ **5** – orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne/ **6** – soja i produkty pochodne/ **7** – mleko i produkty pochodne/ **8** -orzechy **9** – seler i produkty pochodne/ **10** – gorczyca i produkty pochodne/ **11** - nasiona sezamu i produkty pochodne/ **12** – dwutlenek siarki i siarczyny/ **13** – łubin i produkty pochodne/ **14** – mięczaki i produkty pochodne

