

Jadłospis za okres od dnia 29.05.2024 do dnia 07.06.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

29.05.2024 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) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Wafel kakaowy 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2225,44kcal/ B:80,77g/ T:72,01g / Kw.tł.nas:9,83g/ W:314,86g/W tym cukier:42,90g/ sól:4,55g / Bł:31,92g /	E:2222,61kcal/ B:70,00g/ T:72,52g / Kw.tł.nas:10,13g/ W:323,61g/W tym cukier:41,69g/ sól4,23g / Bł:32,01g /	E:2071,39kcal/ B:65,20g/ T:73,00g / Kw.tł.nas:10,13g/ W:283,41g/W tym cukier:26,61g/ sól:3,11g / Bł:39,05g /	E:2409,41kcal/ B:72,04g/ T:84,60g / Kw.tł.nas:15,49g/ W:338,01g/W tym cukier:52,89g/ sól:4,62g / Bł:32,41g /

**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

30.05.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser żółty 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2398,86kcal/ B:91,85g/ T:79,00g / Kw.tł.nas:11,91g/ W:321,29g/W tym cukier:65,85g/ sól:4,55g / Bł:36,07g /	E:2462,76kcal/ B:86,82g/ T:71,90g / Kw.tł.nas:12,65g/ W:332,60g/W tym cukier:68,61g/ sól:4,83g / Bł:38,81g /	E:2283,52kcal/ B:82,02g/ T:72,38g / Kw.tł.nas:12,65g/ W:285,40g/W tym cukier:46,53g/ sól;3,71g / Bł:45,85g /	E:2552,61kcal/ B:91,85g/ T:79,00g / Kw.tł.nas:11,91g/ W:357,29g/W tym cukier:65,85g/ sól:4,55g / Bł:36,07g /

**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

31.05.2024 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) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) 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 (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2173,99kcal/ B:89,56g/ T:52,06g / Kw.tł.nas:9,60g/ W:375,42g/W tym cukier:59,88g/ sól:4,21g / Bł:24,00g /	E:2199,59kcal/ B:90,20g/ T:51,58g / Kw.tł.nas:9,44g/ W:385,02g/W tym cukier:62,28g/ sól:3,89g / Bł:25,60g /	E:2080,37kcal/ B:85,40g/ T:52,06g / Kw.tł.nas:9,44g/ W:352,82g/W tym cukier:55,20g/ sól:2,77g / Bł:32,64g /	E:2365,99kcal/ B:100,36g/ T:58,51g / Kw.tł.nas:13,80g/ W:397,92g/W tym cukier:79,38g/ sól:4,31g / Bł:24,00g /

**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

01.06.2024 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) humus 60g (6,11) ogórek 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) ogórek 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) ogórek 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) ogórek 100g kawa zbożowa na mleku 250g (1,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa kapuśniak z białej kapusty i ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa kapuśniak z białej kapusty i ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) kompot 250g	Zupa kapuśniak z białej kapusty i ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) kompot 250g	Zupa kapuśniak z białej kapusty i ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka drobiowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2514,60kcal/ B:81,28g/ T:115,64g / Kw.tł.nas:24,22g/ W:276,79g/W tym cukier:73,13g/ sól;4,23g / Bł:24,65g /	E:2508,64kcal/ B:81,99g/ T:104,18g / Kw.tł.nas:27,14g/ W:298,36g/W tym cukier;74,22g/ sól:4,32g / Bł:30,64g /	E:2357,42kcal/ B:77,19g/ T:104,66g / Kw.tł.nas:27,14g/ W:258,16g/W tym cukier:59,14g/ sól:3,20g / Bł:37,68g /	E:2681,05kcal/ B:83,71g/ T:116,80g / Kw.tł.nas:24,45g/ W:310,00g/W tym cukier:80,65g/ sól:3,51g / Bł:31,44g /

**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

02.06.2024 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 biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek kiszony 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 pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) ser mozzarella 60g (7) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2160,42kcal/ B:90,47g/ T:74,44g / Kw.tł.nas:26,68g/ W:279,99g/W tym cukier:85,90g/ sól;5,08g / Bł:26,39g /	E:2186,02kcal/ B:91,11g/ T:73,96g / Kw.tł.nas:26,52g/ W:289,59g/W tym cukier:88,30g/ sól:4,76g / Bł:27,99g /	E:2006,78kcal/ B:86,31g/ T:74,44g / Kw.tł.nas:26,52g/ W:242,39g/ W tym cukier:66,22g/ sól;3,64g / Bł:35,03g /	E:2224,02kcal/ B:95,59g/ T:74,54g / Kw.tł.nas:26,70g/ W:291,83g/W tym cukier:97,32g/ sól:5,08g / Bł:26,39g /

**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

03.06.2024 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 manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
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:2196,02kcal/ B:78,58g/ T:59,94g / Kw.tł.nas:15,72g/ W:340,66g/W tym cukier:50,40g/ sól:4,11g / Bł:28,82g /	E:2221,62kcal/ B:79,22g/ T:59,46g / Kw.tł.nas:15,56g/ W:350,26g/W tym cukier:52,80g/ sól:3,79g / Bł:30,42g /	E:2042,39kcal/ B:74,42g/ T:59,94g / Kw.tł.nas:15,56g/ W:303,06g/W tym cukier:30,72g/ sól:2,67g / Bł:37,46g /	E:2258,02kcal/ B:78,58g/ T:59,94g / Kw.tł.nas:15,72g/ W:353,66g/W tym cukier:61,40g/ sól:4,11g / Bł:32,02g /

**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

04.06.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa ryżowa 300g (9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g(7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2518,57kcal/ B:93,83g/ T:81,30g / Kw.tł.nas:12,24g/ W:429,89g/W tym cukier:64,88g/ sól:2,61g / Bł:64,93g /	E:2258,82kcal/ B:86,61g/ T:60,39g / Kw.tł.nas:10,16g/ W:413,88g/W tym cukier:66,12g/ sól:2,29g / Bł:56,88g /	E:2079,58kcal/ B:81,81g/ T:60,87g / Kw.tł.nas:10,16g/ W:366,68g/W tym cukier:44,04g/ sól:1,17g / Bł:63,92g /	E:2658,07kcal/ B:95,63g/ T:84,90g / Kw.tł.nas:14,64g/ W:454,49g/W tym cukier:84,38g/ sól:2,72g / Bł:64,93g /

**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

05.06.2024 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) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) serek wiejski 100g (7) ogórek zielony 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 grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
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:2183,60kcal/ B:105,75g/ T:65,18g / Kw.tł.nas:15,31g/ W:295,94g/W tym cukier:43,58g/ sól:7,11g / Bł:30,10g /	E:2370,49kcal/ B:112,38g/ T:71,75g / Kw.tł.nas:18,30g/ W:323,66g/W tym cukier:46,54g/ sól:5,83g / Bł:33,36g /	E:2186,27kcal/ B:109,38g/ T:72,23g / Kw.tł.nas:18,45g/ W:268,46g/W tym cukier:39,41g/ sól:4,73g / Bł:40,40g /	E:2475,60kcal/ B:115,75g/ T:78,18g / Kw.tł.nas:17,91g/ W:343,94g/W tym cukier:49,88g/ sól:7,11g / Bł:30,10g /

**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



06.06.2024 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) 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:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2314,48kcal/ B:100,04g/ T:58,09g / Kw.tł.nas:8,52g/ W:349,47g/W tym cukier:48,39g/ sól:4,72g / Bł:27,59g /	E:2340,08kcal/ B:100,68g/ T:57,61g / Kw.tł.nas:9,97g/ W:359,07g/W tym cukier:50,79g/ sól:4,40g / Bł:29,19g	E:2160,85kcal/ B:95,88g/ T:58,09g / Kw.tł.nas:8,36g/ W:311,87g/W tym cukier:28,71g/ sól:3,28g / Bł:36,23g /	E:2557,48kcal/ B:108,04g/ T:62,84g / Kw.tł.nas:8,52g/ W:374,22g/W tym cukier:48,39g/ sól:4,72g / Bł:27,59g /

**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

07.06.2024 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) miód 20g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) smalczyk z cebulki i jabłka 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa z fasolką szparagową i makarnem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 200g (1,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2275,01kcal/ B:82,88g/ T:56,27g / Kw.tł.nas:14,51g/ W:341,23g/W tym cukier:88,72g/ sól:4,01g / Bł:35,79g /	E:2300,61kcal/ B:83,52g/ T:55,79g / Kw.tł.nas:14,35g/ W:350,83g/W tym cukier:91,12g/ sól:3,69g / Bł:37,39g /	E:2171,59kcal/ B:80,87g/ T:66,17g / Kw.tł.nas:13,50g/ W:291,13g/W tym cukier:47,39g/ sól:3,17g / Bł:46,43g /	E:2350,01kcal/ B:83,48g/ T:57,77g / Kw.tł.nas:14,57g/ W:359,23g/W tym cukier:88,72g/ sól:4,01g / Bł:35,79g /

**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

