

Jadłospis za okres od dnia 18.07.2024 do dnia 27.07.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

18.07.2024 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) sałatka rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g 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) sałata lodowa 20g 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) sałata lodowa 20g 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) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2441,54kcal/ B:83,77g/ T:48,76g / Kw.tł.nas:10,09g/ W:397,55g/W tym cukier:84,28g/ sól:4,24g / Bł:22,67g /	E:2427,13kcal/ B:84,41g/ T:48,28g / Kw.tł.nas:9,93g/ W:397,15g/W tym cukier:76,68g/ sól;3,92g / Bł:24,27g /	E:2287,91kcal/ B:79,61g/ T:48,76g / Kw.tł.nas:9,93g/ W:359,95g/W tym cukier:64,60g/ sól:2,80g / Bł:31,31g /	E:2503,54kcal/ B:83,77g/ T:48,76g / Kw.tł.nas:10,09g/ W:410,55g/W tym cukier:95,28g/ sól:4,24g / Bł:25,87g /

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

19.07.2024 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) smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g 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, cebulki i jabłka 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) smalczyk z fasolki, cebulki i jabłka 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (7)	Owsianka z owocami 100g (7)	Owsianka z owocami 100g (7)	Owsianka z owocami 100g (7)
Obiad:	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2222,08kcal/ B:94,43g/ T:74,09g / Kw.tł.nas:17,84g/ W:289,91g/W tym cukier:56,64g/ sól:5,73g / Bł:33,47g /	E:2408,98kcal/ B:101,06g/ T:80,66g / Kw.tł.nas:20,83g/ W:317,63g/W tym cukier:59,60g/ sól:4,45g / Bł:36,73 /	E:2289,76kcal/ B:96,26g/ T:81,14g / Kw.tł.nas:20,83g/ W:285,43g/W tym cukier:52,52g/ sól;3,33g / Bł:43,77g /	E:2375,83kcal/ B:94,43g/ T:74,09g / Kw.tł.nas:17,84g/ W:325,91g/W tym cukier:56,64g sól:5,73g / Bł:33,47g /

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

20.07.2024 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) jajko gotowane 50g (3) dżem 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) dżem 40g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pasztet sojowy 60g (6,10) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) dżem 40g szczypiorek 50g 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 barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Wafelek kakaowy 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2101,18kcal/ B:84,20g/ T:38,73g / Kw.tł.nas;11,28g/ W:356,33g/W tym cukier:55,30g/ sól:3,52g / Bł:18,48g /	E:2126,78kcal/ B:84,84g/ T:38,25g / Kw.tł.nas:11,12g/ W:365,93g/W tym cukier:57,70g/ sól:3,20g / Bł:20,08g /	E:2027,76kcal/ B:84,90g/ T:40,03g / Kw.tł.nas:12,17g/ W:299,19g/W tym cukier:36,93g/ sól:2,69g / Bł:27,82g /	E:2313,58kcal/ B:86,88g/ T:50,33g / Kw.tł.nas:16,48g/ W:380,33g/W tym cukier:68,90g/ sól:3,58g / Bł:20,48g /

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

21.07.2024 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) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
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:2254,42kcal/ B:101,06g/ T:64,88g / Kw.tł.nas:12,29g/ W:354,09g/W tym cukier:65,10g/ sól:5,17g / Bł:37,17g /	E:2280,02cal/ B:101,70g/ T:64,40g / Kw.tł.nas:12,13g/ W:363,69g/W tym cukier:67,50g/ sól:4,85g / Bł:38,77g /	E:2100,79kcal/ B:96,90g/ T:64,88g / Kw.tł.nas:12,13g/ W:316,49g/W tym cukier:45,42g/ sól:3,73g / Bł:45,81g /	E:2446,42kcal/ B:111,86g/ T:71,33g / Kw.tł.nas:16,49g/ W:376,59g/W tym cukier:84,60g/ sól:5,28g / Bł:37,17g /

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

22.07.2024 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 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) ziemniaki 200g szpinak duszony w śmietanie 170g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) ziemniaki 200g szpinak duszony w śmietanie 170g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) ziemniaki 200g szpinak duszony w śmietanie 170g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) ziemniaki 200g szpinak duszony w śmietanie 170g (7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
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:2229,87kcal/ B:78,65g/ T:70,89g / Kw.tł.nas:25,49g/ W:321,88g/W tym cukier:84,32g/ sól:4,44g / Bł:30,07g /	E:2255,47kcal/ B:79,29g/ T:70,41g / Kw.tł.nas:25,33g/ W:331,48g/W tym cukier:86,72g/ sól:4,12g / Bł:31,67g /	E:2076,24kcal/ B:74,49g/ T:70,89g / Kw.tł.nas:25,33g/ W:284,28g/ W tym cukier:64,64g/ sól:3,00g / Bł:38,71g /	E:2472,87kcal/ B:86,65g/ T:75,64g / Kw.tł.nas:25,49g/ W:346,63g/W tym cukier:84,32g/ sól:4,44g / Bł:30,07g /

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

23.07.2024 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) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2227,35kcal/ B:86,37g/ T:66,94g / Kw.tł.nas:13,24g/ W:336,07g/W tym cukier:47,14g/ sól:2,56g / Bł:28,65g /	E:2252,95kcal/ B:87,01g/ T:66,46g / Kw.tł.nas:13,08g/ W:345,67g/W tym cukier:49,54g/ sól:2,24g / Bł:30,25g /	E:2073,71kcal/ B:82,21g/ T:66,94g / Kw.tł.nas:13,08g/ W:298,47g/W tym cukier:27,46g/ sól:1,12g / Bł:37,29g /	E:2519,35kcal/ B:96,37g/ T:79,94g / Kw.tł.nas:15,84g/ W:384,07g/W tym cukier:53,44g/ sól:2,56g / Bł:28,65g /

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

24.07.2024 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) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
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:2012,48kcal/ B:102,53g/ T:55,61g / Kw.tł.nas:10,32g/ W:270,94g/W tym cukier:31,87g/ sól:3,98g / Bł:39,88g /	E:2149,87kcal/ B:112,29g/ T:71,50g / Kw.tł.nas:10,94g/ W:279,55g/W tym cukier:34,13g/ sól:3,36g / Bł:41,12g /	E:1998,65kcal/ B:107,49g/ T:71,98g / Kw.tł.nas:10,94g/ W:239,35g/W tym cukier:19,05g/ sól:2,24g / Bł:48,16g /	E:2215,73kcal/ B:107,04g/ T:56,78g / Kw.tł.nas:10,64g/ W:312,95g/W tym cukier:39,23g/ sól:3,98g / Bł:42,35g /

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

25.07.2024 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) ser żółty 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Płatki kukurydziane 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:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2269,23kcal/ B:96,91g/ T:43,98g / Kw.tł.nas:10,74g/ W:388,55g/W tym cukier:53,55g/ sól;4,64g / Bł:49,85g /	E:2394,24kcal/ B:80,13g/ T:60,15g / Kw.tł.nas:16,196g/ W:377,99g/W tym cukier:58,72g/ sól:4,60 / Bł:31,85g /	E:2215,01kcal/ B:75,33g/ T:60,63g / Kw.tł.nas:16,19g/ W:330,79g/W tym cukier:36,64g/ sól:3,48g / Bł:38,89g /	E:2463,74kcal/ B:83,14g/ T:57,83g / Kw.tł.nas:9,15g/ W:396,04g/W tym cukier:83,22g/ sól;4,56g / Bł:30,25g /

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

26.07.2024 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) szyneczka konserwowa 50g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szyneczka konserwowa 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) szyneczka konserwowa 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) szyneczka konserwowa 50g 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 barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1,3)
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 jabłką 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłką 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłką 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2297,06kcal/ B:90,24g/ T:66,99g / Kw.tł.nas:12,54g/ W:316,57g/W tym cukier:81,08g/ sól:3,48g / Bł:21,12g /	E:2322,66kcal/ B:90,88g/ T:66,51g / Kw.tł.nas:12,38g/ W:326,17g/W tym cukier:83,48g/ sól:3,16g / Bł:22,72g	E:2121,45kcal/ B:85,68g/ T:85,68g / Kw.tł.nas:10,78g/ W:277,57g/W tym cukier:52,40g/ sól:1,84g / Bł:29,76g /	E:2683,05kcal/ B:98,24g/ T:82,29g / Kw.tł.nas:20,14g/ W:371,07g/W tym cukier:94,78g/ sól:3,78g / Bł:22,62g /

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

27.07.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) rzodkiewka 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto 350g (9) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) risotto 350g (9) kompot 250g	Zupa jarzynowa 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 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 sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2489,79kcal/ B:84,38g/ T:116,60g / Kw.tł.nas:17,06g/ W:317,19g/W tym cukier:67,57g/ sól:6,07g / Bł:37,61g /	E:2443,81kcal/ B:85,09g/ T:105,14g / Kw.tł.nas:19,99g/ W:328,75g/W tym cukier:58,66g/ sól:6,17g / Bł:43,60g /	E:2332,61kcal/ B:80,29g/ T:105,62g / Kw.tł.nas:19,99g/ W:298,55g/W tym cukier:53,58g/ sól:5,05g / Bł:50,64g /	E:2629,29kcal/ B:86,18g/ T:120,20g / Kw.tł.nas:19,46g/ W:341,79g/W tym cukier:87,07g/ sól:6,18g / Bł:37,61g /

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

