

Jadłospis za okres od dnia 28.07.2024 do dnia 06.08.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

28.07.2024 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) hummus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) hummus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) hummus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) hummus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kefir 200g (7)	Kefir 200g (7)	Kefir 200g (7)	Kefir 200g (7)
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kisiel 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kisiel 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kisiel 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2296,86kcal/ B:99,83g/ T:79,44g / Kw.tł.nas:27,98g/ W:302,84g/W tym cukier:62,12g/ sól:5,36g / Bł:30,76g /	E:2322,46kcal/ B:100,47g/ T:78,96g / Kw.tł.nas:27,82g/ W:312,44g/W tym cukier:64,52g/ sól:5,04g / Bł:32,36g /	E:2143,23kcal/ B:95,67g/ T:79,44g / Kw.tł.nas:27,82g/ W:265,24g/W tym cukier:42,44g/ sól:3,92g / Bł:39,40g /	E:2421,86kcal/ B:104,83g/ T:79,44g / Kw.tł.nas:27,98g/ W:330,34g/W tym cukier:89,62g/ sól:5,36g / Bł:30,76g /

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

29.07.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałata zielona za śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałata zielona za śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałata zielona za śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) klopsiki wieprzowe w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g sałata zielona za śmietaną 250g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2304,67kcal/ B:89,24g/ T:80,72g / Kw.tł.nas:17,21g/ W:360,84g/W tym cukier:59,80g/ sól;2,64g / Bł:42,08g /	E:2171,49kcal/ B:87,78/ T:60,19g / Kw.tł.nas:15,18g/ W:372,59g/W tym cukier:61,04g/ sól:2,32g / Bł:40,53g /	E:1992,25kcal/ B:82,98g/ T:60,67g / Kw.tł.nas:15,18g/ W:325,39g/W tym cukier:38,96g/ sól;1,20g / Bł:47,57g /	E:2444,17kcal/ B:91,04g/ T:84,32g / Kw.tł.nas:19,61g/ W:385,44g/W tym cukier:79,30g sól:2,75g / Bł:42,08g /

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

30.07.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g pomidor 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
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:2119,50kcal/ B:78,58g/ T:47,48g / Kw.tł.nas:7,32g/ W:344,66g/W tym cukier:95,48g/ sól:4,59g / Bł:27,94g /	E:2306,39kcal/ B:85,21g/ T:54,05g / Kw.tł.nas:10,31g/ W:372,38g/W tym cukier:98,44g/ sól:3,32g / Bł:31,20g /	E:2257,76kcal/ B:85,89g/ T:55,67g / Kw.tł.nas:11,21g/ W:324,64g/W tym cukier:62,56g/ sól:3,36g / Bł:35,86g /	E:2557,50kcal/ B:93,58g/ T:66,98g / Kw.tł.nas:11,22g/ W:416,66g/W tym cukier:104,93g/ sól:4,59g / Bł:27,94g /

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

31.07.2024 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) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) ogórek zielony 100g 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 ziemniaczanka 300g (1,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1,3,6,10) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Gruszka 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2083,35kcal/ B:83,14g/ T:55,49g / Kw.tł.nas:11,84g/ W:307,19g/W tym cukier:82,38g/ sól:5,33g / Bł:25,73g /	E:2008,68kcal/ B:73,58g/ T:53,66g / Kw.tł.nas:12,43g/ W:301,44g/W tym cukier:70,27g/ sól:4,63g / Bł:22,26g /	E:2128,97kcal/ B:68,81g/ T:90,93g / Kw.tł.nas:13,56g/ W:246,41g/W tym cukier:32,38g/ sól:3,87g / Bł:29,35g /	E:2070,08kcal/ B:73,09g/ T:54,29g / Kw.tł.nas:12,59g/ W:314,34g/W tym cukier:67,87g/ sól:4,95g / Bł:20,66g /

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

01.08.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2332,58kcal/ B:82,75g/ T:76,72g / Kw.tł.nas:14,61g/ W:389,51g/W tym cukier:66,47g/ sól;3,89g / Bł:41,28g /	E:2358,18kcal/ B:83,39g/ T:76,24g / Kw.tł.nas:14,45g/ W:399,11g/W tym cukier:68,87g/ sól:3,57g / Bł:42,88g /	E:2178,95kcal/ B:78,59g/ T:76,72g / Kw.tł.nas:14,45g/ W:351,91g/ W tym cukier:46,79g/ sól;2,45g / Bł:49,92g /	E:2456,02kcal/ B:89,39 g/ T:81,10g / Kw.tł.nas:14,61g/ W:402,49g/W tym cukier:67,47g/ sól:3,89g / Bł:41,28g /

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

02.08.2024 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 smalczyk z jabłka, fasolki i cebulki 50g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g smalczyk z jabłka, fasolki i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g smalczyk z jabłka, fasolki 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 smalczyk z jabłka, fasolki i cebulki 50g pomidor 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 pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
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:2214,52kcal/ B:75,37g/ T:86,62g / Kw.tł.nas:20,66g/ W:281,39g/W tym cukier:69,28g/ sól:6,81g / Bł:27,11g /	E:2486,92kcal/ B:92,70g/ T:101,45g / Kw.tł.nas:17,72g/ W:299,89g/W tym cukier:67,87g/ sól:4,41g / Bł:34,26g /	E:2380,50kcal/ B:88,22 g/ T:101,69g / Kw.tł.nas:17,64g/ W:272,49g/W tym cukier:61,99g/ sól;3,13g / Bł:42,10g /	E:2303,52kcal/ B:76,37g/ T:86,72g / Kw.tł.nas;20,66g/ W:304,39g/W tym cukier:69,28g/ sól:6,81g / Bł:27,11g /

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

03.08.2024 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) ser żółty 50g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g 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 koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
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:2186,22kcal/ B:88,20g/ T:80,93g / Kw.tł.nas:11,97g/ W:282,15g/W tym cukier:34,84g/ sól:3,37g / Bł:32,29g /	E:2118,26kcal/ B:84,31g/ T:63,98g / Kw.tł.nas:16,55g/ W:305,21g/W tym cukier:38,18g/ sól:3,50g / Bł:38,28g /	E:1934,04kcal/ B:81,31g/ T:64,46g / Kw.tł.nas:16,70g/ W:250,01g/W tym cukier:31,05g/ sól:2,40g / Bł:45,32g /	E:2248,22kcal/ B:88,20g/ T:80,93g / Kw.tł.nas:11,97g/ W:295,15g/W tym cukier:45,84g/ sól:3,37g / Bł:35,49g /

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

04.08.2024 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) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) dżem 40g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) humus 60g (6,11) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) dżem 40g ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
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:				Kisiel owocowy 250g
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:2267,04kcal/ B:100,87g/ T:59,64g / Kw.tł.nas:11,27g/ W:328,28g/W tym cukier:92,25g/ sól:3,28g / Bł:30,17g /	E:2292,64kcal/ B:101,51g/ T:59,16g / Kw.tł.nas:11,11g/ W:337,88g/W tym cukier:94,65g/ sól:2,96g / Bł:31,77g /	E:2248,40kcal/ B:105,05g/ T:75,76g / Kw.tł.nas:24,31g/ W:284,48g/W tym cukier:59,47g/ sól:2,62g / Bł:38,37g /	E:2314,71kcal/ B:100,87g/ T:59,64g / Kw.tł.nas:11,27g/ W:339,76g/W tym cukier:97,25g/ sól:3,28g / Bł:30,17g /

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

05.08.2024 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) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2098,69kcal/ B:80,34g/ T:52,08g / Kw.tł.nas:12,09g/ W:313,47g/W tym cukier:67,03g/ sól:6,61g / Bł:27,58g /	E:2124,29kcal/ B:80,98g/ T:51,60g / Kw.tł.nas:11,93g/ W:323,07g/W tym cukier:69,43g/ sól:6,29g / Bł:29,18g	E:1945,05kcal/ B:76,18g/ T:52,08g / Kw.tł.nas:11,93g/ W:275,87g/W tym cukier:47,35g/ sól:5,17g / Bł:36,22g /	E:2221,69kcal/ B:84,54g/ T:55,83g / Kw.tł.nas:14,49g/ W:336,42g/W tym cukier:67,03g/ sól:6,76g / Bł:27,58g /

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

06.08.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2237,88kcal/ B:83,98g/ T:55,51g / Kw.tł.nas:9,72g/ W:354,96g/W tym cukier:55,12g/ sól;3,55g / Bł:42,95g /	E:2263,48kcal/ B:84,62g/ T:55,03g / Kw.tł.nas:9,56g/ W:364,56g/W tym cukier:57,52g/ sól:3,23g / Bł:44,55g /	E:2124,26kcal/ B:79,82g/ T:55,51g / Kw.tł.nas:9,56g/ W:327,36g/W tym cukier:45,44g/ sól:2,11g / Bł:51,59g /	E:2450,28kcal/ B:86,66g/ T:67,11g / Kw.tł.nas:14,92g/ W:378,96g/W tym cukier:68,72g/ sól:3,62g / Bł:44,95g /

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

