

Jadłospis za okres od dnia 27.08.2024 do dnia 05.09.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

27.08.2024 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 na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałata rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałata rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałata rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałata rybna 60g (4,6,9) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) bigos z kapusty kiszzonej 300g (6,10) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata ziołowa 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:2024,26kcal/ B:67,32g/ T:58,84g / Kw.tł.nas:5,86g/ W:295,85g/W tym cukier:83,58g/ sól:3,62g / Bł:31,38g /	E:2171,77kcal/ B:60,99g/ T:55,59g / Kw.tł.nas:4,78g/ W:337,94g/W tym cukier:83,16g/ sól:3,32g / Bł:20,53g /	E:1992,54kcal/ B:56,19g/ T:56,07g / Kw.tł.nas:4,78g/ W:290,74g/W tym cukier:61,08g/ sól:2,20g / Bł:27,57g /	E:2269,17kcal/ B:64,55g/ T:59,82g / Kw.tł.nas:7,34g/ W:351,29g/W tym cukier:80,76g/ sól:3,79g / Bł:18,93g /

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

28.08.2024 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) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g kawa zbożowa z z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g kawa zbożowa z z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g kawa zbożowa z 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 ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1,3,6,7,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (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 100g (1,3,6,7,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2310,67kcal/ B:88,46g/ T:64,37g / Kw.tł.nas:17,03g/ W:264,80g/W tym cukier:61,12g/ sól:4,22g / Bł:29,50g /	E:2246,59kcal/ B:86,79g/ T:63,88g / Kw.tł.nas:16,84g/ W:252,10g/W tym cukier:63,60g/ sól:4,14g / Bł:26,37g /	E:2106,66kcal/ B:89,09g/ T:67,76g / Kw.tł.nas:15,24g/ W:200,07g/W tym cukier:16,52g/ sól:2,82g / Bł:33,41g /	E:2390,32kcal/ B:89,46g/ T:64,47g / Kw.tł.nas:17,03g/ W:287,80g/W tym cukier:61,12g/ sól:4,22g / Bł:29,50g /

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

29.08.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa ryżowa 300g (9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa 300g (9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa 300g (9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa 300g (9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
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:2482,13kcal/ B:83,00g/ T:87,92g / Kw.tł.nas:10,33g/ W:313,17g/W tym cukier:76,63g/ sól:5,26g / Bł:37,70g /	E:2462,84kcal/ B:91,82g/ T:93,65g / Kw.tł.nas:10,87g/ W:307,88g/W tym cukier:73,39g/ sól;4,65g / Bł:37,09g /	E:2283,61kcal/ B:87,02g/ T:94,13g / Kw.tł.nas:10,87g/ W:260,68g/W tym cukier:51,31g/ sól:3,53g / Bł:44,13g /	E:2643,13kcal/ B:93,80g/ T:94,37g / Kw.tł.nas:14,53g/ W:329,17g/W tym cukier:90,63g/ sól:5,37g / Bł:36,10g /

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

30.08.2024 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 (7) szyneczka konserwowa 50g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szyneczka konserwowa 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szyneczka konserwowa 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) szyneczka konserwowa 50g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron razowy z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2097,14kcal/ B:89,05g/ T:67,48g / Kw.tł.nas14,09g/ W:283,55g/W tym cukier:66,84g/ sól:3,91g / Bł:35,90g /	E:2127,89cal/ B:90,77g/ T:57,31g / Kw.tł.nas:13,02g/ W:312,37g/W tym cukier:68,66g/ sól:3,59g / Bł:38,61g /	E:2008,67kcal/ B:85,97g/ T:57,79g / Kw.tł.nas:13,02g/ W:280,17g/W tym cukier:61,58g/ sól:2,47g / Bł:45,65g /	E:2319,44kcal/ B:94,06g/ T:68,77g / Kw.tł.nas:14,44g/ W:329,45g/W tym cukier:74,24g/ sól:3,92g / Bł:38,62g /

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

31.08.2024 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) serek wiejski 100g (7) miód 20g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) miód 20g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) miód 20g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2152,91kcal/ B:85,32g/ T:70,85g / Kw.tł.nas:16,53g/ W:334,69g/W tym cukier:51,72g/ sól;5,50g / Bł:32,81g /	E:2178,51kcal/ B:85,96g/ T:70,37g / Kw.tł.nas:16,37g/ W:344,29g/W tym cukier:54,12g/ sól:5,18g / Bł:34,41g /	E:2099,50kcal/ B:83,71g/ T:82,35g / Kw.tł.nas:17,12g/ W:292,99g/ W tym cukier:26,39g/ sól;4,86g / Bł:43,45g /	E:2292,41kcal/ B:87,12g/ T:74,45g / Kw.tł.nas:18,93g/ W:359,29g/W tym cukier:71,22g/ sól:5,60g / Bł:32,81g /

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

01.09.2024 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) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Owsianka z owocami 100g (1,7)	Owsianka z owocami 100g (1,7)	Owsianka z owocami 100g (1,7)	Owsianka z owocami 100g (1,7)
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) kiwi 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) kiwi 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) kiwi 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) kiwi 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2147,87kcal/ B:92,39g/ T:87,53g / Kw.tł.nas:12,68g/ W:252,96g/W tym cukier:70,92g/ sól:3,24g / Bł:29,45g /	E:2177,37kcal/ B:93,30g/ T:87,08g / Kw.tł.nas:12,52g/ W:263,46g/W tym cukier:73,92g/ sól:2,92g / Bł:31,41g /	E:1994,24kcal/ B:88,23g/ T:87,53g / Kw.tł.nas:12,52g/ W:215,36g/W tym cukier:51,24g/ sól;1,80g / Bł:38,09g /	E:2195,55kcal/ B:92,39g/ T:87,53g / Kw.tł.nas:12,68g/ W:264,44g/W tym cukier:75,92g/ sól;3,24g / Bł:29,45g /

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

02.09.2024 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) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1,3)
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:2246,28kcal/ B:78,15g/ T:52,29g / Kw.tł.nas:19,41g/ W:366,58g/W tym cukier:74,38g/ sól;4,05g / Bł:18,21g /	E:2271,88kcal/ B:78,79g/ T:51,81g / Kw.tł.nas:19,25g/ W:376,18g/W tym cukier:76,78g/ sól:3,73g / Bł:19,81g /	E:2092,65kcal/ B:73,99g/ T:52,29g / Kw.tł.nas:19,25g/ W:328,98g/W tym cukier:54,70g/ sól:2,61g / Bł:26,85g /	E:2672,28kcal/ B:86,15g/ T:67,59g / Kw.tł.nas:27,01g/ W:431,08g/W tym cukier:98,08g/ sól:4,35g / Bł:19,71g /

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

03.09.2024 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) ser żółty 50g (7) ogórek zielony 100g hebata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g hebata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g hebata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) ogórek zielony 100g hebata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g hebata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g hebata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g hebata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) rzodkiewka 100g hebata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2004,55kcal/ B:69,59g/ T:57,77g / Kw.tł.nas:10,83g/ W:342,78g/W tym cukier:57,07g/ sól:5,92g / Bł:23,79g /	E:2299,94kcal/ B:83,65g/ T:64,49g / Kw.tł.nas:14,63g/ W:359,49g/W tym cukier:58,61g/ sól:4,01g / Bł:29,88g /	E:2095,91kcal/ B:78,32g/ T:64,74g / Kw.tł.nas:14,48g/ W:311,88g/W tym cukier:36,47g/ sól:2,79g / Bł:36,73g /	E:2139,55kcal/ B:70,79g/ T:58,07g / Kw.tł.nas:10,92g/ W:372,48g/W tym cukier:85,57g/ sól:5,92g / Bł:27,09g /

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

04.09.2024 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) dżem 40g ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1,3,7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
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:2550,96kcal/ B:100,17g/ T:57,93g / Kw.tł.nas:17,60g/ W:409,37g/W tym cukier:90,05g/ sól:4,30g / Bł:32,42g /	E:2576,56kcal/ B:100,81g/ T:57,45g / Kw.tł.nas:17,44g/ W:418,97g/W tym cukier:92,45g/ sól:3,98g / Bł:34,02g	E:2445,75kcal/ B:99,29g/ T:64,35g / Kw.tł.nas:19,74g/ W:367,17g/W tym cukier:63,82g/ sól:3,41g / Bł:40,62g /	E:2257,10kcal/ B:100,04g/ T:51,68g / Kw.tł.nas:15,29g/ W:351,75g/W tym cukier:104,31g/ sól:3,98g / Bł:27,73g /

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

05.09.2024 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) sałatka rybna 60g (4,6,9) pomidor 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Kefir 200g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) łazanki z kapusty białej 350g (1,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) łazanki z kapusty białej 350g (1,3,6,10) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2313,96kcal/ B:75,11g/ T:69,70g / Kw.tł.nas:8,10g/ W:349,11g/W tym cukier:74,04g/ sól;5,41g / Bł:33,56g /	E:2411,71kcal/ B:72,18g/ T:60,44g / Kw.tł.nas:7,75g/ W:404,65g/W tym cukier:78,21g/ sól:5,01g / Bł:42,53g /	E:2186,98kcal/ B:72,78g/ T:60,32g / Kw.tł.nas:7,55g/ W:342,45g/W tym cukier:46,23g/ sól;4,07g / Bł:49,57g /	E:2605,96kcal/ B:85,11g/ T:82,70g / Kw.tł.nas:10,70g/ W:397,11g/W tym cukier:80,34g/ sól:5,41g / Bł:33,56g /

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

