

Jadłospis za okres od dnia 06.09.2024 do dnia 15.09.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiatrycznym Chorych w Bolesławcu

06.09.2024 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) jajko gotowane 50g (3) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (70)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kisiel 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2024,73kcal/ B:102,68g/ T:49,57g / Kw.tł.nas:12,37g/ W:299,17g/W tym cukier:36,26g/ sól:5,47g / Bł:28,46g /	E:2211,63kcal/ B:109,31g/ T:56,14g / Kw.tł.nas:15,35g/ W:326,89g/W tym cukier:39,22g/ sól:4,19g / Bł:31,72g /	E:2059,41kcal/ B:106,31g/ T:56,62g / Kw.tł.nas:15,50g/ W:279,69g/W tym cukier:40,09g/ sól:3,09g / Bł:38,76g /	E:2316,73kcal/ B:112,68g/ T:62,57g / Kw.tł.nas:14,97g/ W:347,17g/W tym cukier:42,56g/ sól:5,47g / Bł:28,46g /

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

07.09.2024 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) marmolada 40g twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) marmolada 40g twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) konserwa rybna 60g (2,4) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) marmolada 40g twarożek kanapkowy 50g (7) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)	Kefir 200g (7)	Deser mleczny-pudding 150g (7)
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2208,66kcal/ B:76,23g/ T:70,96g / Kw.tł.nas:15,68g/ W:335,49g/W tym cukier:65,12g/ sól:3,96g / Bł:36,03g /	E:2234,26kcal/ B:76,87g/ T:70,48g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:345,09g/W tym cukier:67,52g/ sól:3,64g / Bł:37,63g /	E:2015,35kcal/ B:84,03g/ T:73,98g / Kw.tł.nas:15,31g/ W:269,79g/W tym cukier:42,54g/ sól:2,70g / Bł:43,55g /	E:2283,66kcal/ B:76,83g/ T:72,46g / Kw.tł.nas:15,74g/ W:353,49g/W tym cukier:65,12g sól:3,96g / Bł:36,03g /

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

08.09.2024 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) szynka drobiowa 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) humus 60g (6,11) roszponka 20g 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) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g sok z wodą 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2288,31kcal/ B:77,05g/ T:64,02g / Kw.tł.nas;23,80g/ W:327,64g/W tym cukier:75,07g/ sól:4,29g / Bł:23,87g /	E:2313,91kcal/ B:77,69g/ T:63,54g / Kw.tł.nas:23,64g/ W:337,24g/W tym cukier:77,47g/ sól;3,97g / Bł:25,47g /	E:2134,67kcal/ B:72,89g/ T:64,02g / Kw.tł.nas:23,64g/ W:290,04g/W tym cukier:55,39g/ sól:2,85g / Bł:32,51g /	E:2480,31kcal/ B:87,85g/ T:70,47g / Kw.tł.nas:28,00g/ W:350,14g/W tym cukier:94,57g/ sól:4,39g / Bł:23,87g /

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

09.09.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z jajkiem i szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z jajkiem i szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z jajkiem i szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z jajkiem i szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2455,50kcal/ B:76,46g/ T:92,87g / Kw.tł.nas;15,39g/ W:332,33g/W tym cukier:58,28g/ sól;4,23g / Bł:30,08g /	E:2469,22cal/ B:78,33g/ T:89,49g / Kw.tł.nas:17,47g/ W:343,04g/W tym cukier;61,17g/ sól:3,88g / Bł:31,47g /	E:2289,99kcal/ B:73,53g/ T:89,97g / Kw.tł.nas:17,47g/ W:295,84g/W tym cukier:39,09g/ sól:2,76g / Bł:38,51g /	E:2503,18kcal/ B:76,46g/ T:92,87g / Kw.tł.nas;15,39g/ W:343,81g/W tym cukier:63,28g/ sól:4,23g / Bł:30,08g /

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

10.09.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g rzodkiewka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1,3,7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2225,40kcal/ B:75,64g/ T:42,41g / Kw.tł.nas:6,11g/ W:429,59g/W tym cukier:86,50g/ sól:2,62g / Bł:21,28g /	E:2251,00kcal/ B:76,28g/ T:41,93g / Kw.tł.nas:5,95g/ W:439,19g/W tym cukier:88,90g/ sól:2,30g / Bł:22,88g /	E:2130,56kcal/ B:74,02g/ T:48,41g / Kw.tł.nas:6,37g/ W:390,39g/ W tym cukier:52,88g/ sól:1,90g / Bł:30,82g /	E:2362,50kcal/ B:84,67g/ T:51,51g / Kw.tł.nas:7,17g/ W:434,24g/W tym cukier:131,61g/ sól:2,67g / Bł:22,73g /

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

11.09.2024 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) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g 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 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 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 szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2344,86kcal/ B:99,40g/ T:70,14g / Kw.tł.nas:15,86g/ W:245,42g/W tym cukier:44,08g/ sól:6,40g / Bł:35,46g /	E:2356,57kcal/ B:108,23g/ T:75,87g / Kw.tł.nas:16,40g/ W:246,63g/W tym cukier:46,34g/ sól:5,78g / Bł:36,45g /	E:2205,35kcal/ B:103,43g/ T:76,35g / Kw.tł.nas:16,40g/ W:206,43g/W tym cukier:31,26g/ sól;4,66g / Bł:43,49g /	E:2469,86kcal/ B:104,40g/ T:70,14g / Kw.tł.nas;15,86g/ W:272,92g/W tym cukier:71,58g/ sól;6,40g / Bł:35,46g /

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

12.09.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) ogórek zielony 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1,3,6,10) herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g herbata ziołowa 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2208,03kcal/ B:77,55g/ T:56,11g / Kw.tł.nas:7,18g/ W:345,17g/W tym cukier:109,20g/ sól:3,75g / Bł:26,04g /	E:2171,66kcal/ B:62,32g/ T:47,67g / Kw.tł.nas:8,67g/ W:341,13g/W tym cukier:97,45g/ sól:3,65g / Bł:23,71g /	E:2064,43kcal/ B:62,32g/ T:51,15g / Kw.tł.nas:10,71g/ W:300,29g/W tym cukier:81,73g/ sól:2,66g / Bł:30,75g /	E:2311,01kcal/ B:71,87g/ T:55,93g / Kw.tł.nas:8,24g/ W:371,83g/W tym cukier:102,05g/ sól:3,37g / Bł:23,44g /

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

13.09.2024 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) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa grochowa z makaronem 300g (1,3,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) kompot 250g	Zupa grochowa z makaronem 300g (1,3,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g 960 sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g 960 sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g 960 sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g 960 sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2060,31kcal/ B:84,42g/ T:69,97g / Kw.tł.nas:19,84g/ W:266,19g/W tym cukier:52,66g/ sól:6,25g / Bł:36,75g /	E:2350,84kcal/ B:104,38g/ T:74,75g / Kw.tł.nas:17,53g/ W:311,19g/W tym cukier:51,33g/ sól:3,71g / Bł:45,21g /	E:2231,63kcal/ B:99,58g/ T:75,23g / Kw.tł.nas:17,53g/ W:278,99g/W tym cukier:44,25g/ sól:2,59g / Bł:52,25g /	E:2272,71kcal/ B:87,10g/ T:81,57g / Kw.tł.nas:25,04g/ W:290,19g/W tym cukier:66,26g/ sól:6,31g / Bł:38,75g /

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

14.09.2024 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) dżem 40g 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) dżem 40g 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) twarożek kanapkowy 50g (7) 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) dżem 40g pasztet drobiowy 50g (6,7,9) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
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 koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kisiel 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) kisiel 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kisiel 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
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:2040,37kcal/ B:76,25g/ T:66,22g / Kw.tł.nas:11,17g/ W:329,22g/W tym cukier:59,98g/ sól:3,22g / Bł:43,13g /	E:2224,25kcal/ B:82,25g/ T:64,70g / Kw.tł.nas:14,12g/ W:371,14g/W tym cukier:61,07g/ sól:3,33g / Bł:51,27g	E:2097,95kcal/ B:81,58g/ T:67,60g / Kw.tł.nas:15,77g/ W:329,19g/W tym cukier:44,24g/ sól:2,24g / Bł:57,87g /	E:2163,37kcal/ B:80,45g/ T:69,97g / Kw.tł.nas:13,57g/ W:352,17g/W tym cukier:59,98g/ sól:3,37g / Bł:43,13g /

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

15.09.2024 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) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) 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:2417,29kcal/ B:95,13g/ T:76,47g / Kw.tł.nas:12,63g/ W:333,62g/W tym cukier:66,11g/ sól;5,16g / Bł:33,76g /	E:2442,89kcal/ B:95,77g/ T:75,99g / Kw.tł.nas:12,47g/ W:343,22g/W tym cukier:68,51g/ sól:4,84g / Bł:35,36g /	E:2263,66kcal/ B:90,97g/ T:76,47g / Kw.tł.nas:12,47g/ W:296,02g/W tym cukier:46,43g/ sól;3,72g / Bł:42,40g /	E:2556,79kcal/ B:96,93g/ T:80,07g / Kw.tł.nas:15,03g/ W:358,22g/W tym cukier:85,61g/ sól:5,27g / Bł:33,76g /

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

