

Jadłospis za okres od dnia 16.09.2024 do dnia 25.09.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

16.09.2024 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 razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) 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 ryżowa 300g (9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa ryżowa 300g (9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (1,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2421,18kcal/ B:68,95g/ T:93,09g / Kw.tł.nas:24,19g/ W:314,77g/W tym cukier:61,66g/ sól:4,21g / Bł:27,04g /	E:2446,78kcal/ B:69,59g/ T:92,61g / Kw.tł.nas:24,03g/ W:324,37g/W tym cukier:64,06g/ sól:3,89g / Bł:28,64g /	E:2267,55kcal/ B:64,79g/ T:64,79g / Kw.tł.nas:24,03g/ W:277,17g/W tym cukier:41,98g/ sól:2,77g / Bł:35,68g /	E:2544,62kcal/ B:75,59g/ T:97,47g / Kw.tł.nas:24,19g/ W:327,75g/W tym cukier:62,66g/ sól:4,21g / Bł:27,04g /

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

17.09.2024 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) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g kompot 250g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2322,18kcal/ B:83,00g/ T:51,75g / Kw.tł.nas:13,43g/ W:375,40g/W tym cukier:52,36g/ sól;4,21g / Bł:33,67g /	E:2220,24kcal/ B:75,19g/ T:52,40g / Kw.tł.nas:15,58g/ W:353,78g/W tym cukier:55,40g/ sól:4,15g / Bł:26,46g /	E:2041,00kcal/ B:70,39g/ T:52,88g / Kw.tł.nas:15,58g/ W:306,58g/W tym cukier:33,32g/ sól;3,03g / Bł:33,50g /	E:2457,18kcal/ B:84,20g/ T:52,05g / Kw.tł.nas:13,52g/ W:405,10g/W tym cukier:80,86g sól:4,21g / Bł:36,97g /

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

18.09.2024 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) jajko gotowane 50g (3) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szyneczka konserwowa 50g 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 kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa kapuśniak z białej kapusty z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2138,37kcal/ B:86,78g/ T:67,90g / Kw.tł.nas;12,33g/ W:299,31g/W tym cukier:64,92g/ sól:4,07g / Bł:17,96g /	E:2163,97kcal/ B:87,42g/ T:67,42g / Kw.tł.nas:12,17g/ W:308,91g/W tym cukier:67,32g/ sól;3,75g / Bł:19,56g /	E:1930,76kcal/ B:82,22g/ T:66,30g / Kw.tł.nas:10,57g/ W:252,31g/W tym cukier:28,24g/ sól:2,43g / Bł:26,60g /	E:2292,12kcal/ B:86,78g/ T:67,90g / Kw.tł.nas:12,33g/ W:335,31g/W tym cukier:64,92g/ sól:4,07g / Bł:17,96g /

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

19.09.2024 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 owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g pomidor 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) smalczyk z jabłka, fasolki i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) miód 20g pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2254,69kcal/ B:78,82g/ T:72,35g / Kw.tł.nas:15,66g/ W:389,19g/W tym cukier:73,96g/ sól:3,07g / Bł:44,51g /	E:2255,09kcal/ B:75,90g/ T:70,65g / Kw.tł.nas:15,16g/ W:389,89g/W tym cukier:76,01g/ sól:2,76g / Bł:32,74g /	E:2148,06kcal/ B:73,65g/ T:82,63g / Kw.tł.nas:15,91g/ W:331,59g/W tym cukier:41,28g/ sól:2,44g / Bł:41,78g /	E:2521,49kcal/ B:85,26g/ T:84,13g / Kw.tł.nas:17,92g/ W:428,29g/W tym cukier:79,91g/ sól:3,08g / Bł:31,14g /

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

20.09.2024 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) marmolada 40g pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) marmolada 40g pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) marmolada 40g pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
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) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2100,74kcal/ B:85,12g/ T:42,89g / Kw.tł.nas:9,47g/ W:343,89g/W tym cukier:68,56g/ sól;5,46g / Bł:33,23g /	E:2287,63kcal/ B:91,75g/ T:49,46g / Kw.tł.nas:12,45g/ W:371,61g/W tym cukier:71,52g/ sól:4,18g / Bł:36,49g /	E:2155,91kcal/ B:94,95g/ T:55,18g / Kw.tł.nas:12,66g/ W:316,61g/ W tym cukier:55,80g/ sól;3,96g / Bł:43,31g /	E:2292,74kcal/ B:95,92g/ T:49,34g / Kw.tł.nas:13,67g/ W:366,39g/W tym cukier:88,06g/ sól:5,57g / Bł:33,23g /

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

21.09.2024 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) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) dżem 40g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) dżem 40g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) dżem 40g sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 250g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretka owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g ketchup 20g ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2162,70kcal/ B:88,74g/ T:46,32g / Kw.tł.nas:10,01g/ W:344,50g/W tym cukier:65,22g/ sól:4,62g / Bł:21,18g /	E:2188,30kcal/ B:89,38g/ T:45,84g / Kw.tł.nas:9,85g/ W:354,10g/W tym cukier:67,62g/ sól;4,30g / Bł:22,78g /	E:2122,28kcal/ B:87,64g/ T:47,62g / Kw.tł.nas:10,75g/ W:302,36g/W tym cukier:38,90g/ sól;3,78g / Bł:30,52g /	E:2287,70kcal/ B:93,74g/ T:46,32g / Kw.tł.nas:10,01g/ W:46,32g/W tym cukier:92,72g/ sól;4,62g / Bł:21,18g /

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

22.09.2024 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) konserwa rybna 60g (2,4) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) konserwa rybna 60g (2,4) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) konserwa rybna 60g (2,4) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) konserwa rybna 60g (2,4) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2209,15kcal/ B:89,73g/ T:51,94g / Kw.tł.nas:12,65g/ W:315,74g/W tym cukier:66,65g/ sól:3,66g / Bł:26,34g /	E:2234,75kcal/ B:90,37g/ T:51,46g / Kw.tł.nas:12,49g/ W:325,34g/W tym cukier:69,05g/ sól:3,34g / Bł:27,94g /	E:2022,52kcal/ B:87,37g/ T:51,94g / Kw.tł.nas:12,64g/ W:263,14g/W tym cukier:54,92g/ sól:2,23g / Bł:34,98g /	E:2412,40kcal/ B:94,24g/ T:53,10g / Kw.tł.nas:12,96g/ W:357,75g/W tym cukier:74,01g/ sól:3,66g / Bł:28,81g /

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

23.09.2024 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 kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlety mielone 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pulpety wieprzowe w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlety mielone 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) 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) 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:2204,59kcal/ B:85,45g/ T:61,14g / Kw.tł.nas:9,65g/ W:320,59g/W tym cukier:56,44g/ sól:3,73g / Bł:40,31g /	E:2218,31kcal/ B:87,32g/ T:57,75g / Kw.tł.nas:11,73g/ W:331,30g/W tym cukier:59,33g/ sól:3,38g / Bł:41,70g /	E:2075,87kcal/ B:84,60g/ T:58,23g / Kw.tł.nas:11,81g/ W:292,90g/W tym cukier:37,09g/ sól:2,98g / Bł:44,42g /	E:2416,99kcal/ B:88,13g/ T:72,74g / Kw.tł.nas:14,85g/ W:344,59g/W tym cukier:70,04g/ sól:3,79g / Bł:42,31g /

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

24.09.2024 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 jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) papryka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) kisiel 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) kisiel 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) kisiel 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) risotto 350g (9) kisiel 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 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:2152,17kcal/ B:71,27g/ T:64,35g / Kw.tł.nas:9,47g/ W:321,72g/W tym cukier:80,41g/ sól:3,78g / Bł:40,43g /	E:2207,82kcal/ B:74,04g/ T:56,58g / Kw.tł.nas:15,50g/ W:349,79g/W tym cukier:82,83g/ sól:3,82g / Bł:41,14g	E:2028,58kcal/ B:69,24g/ T:57,06g / Kw.tł.nas:15,50g/ W:302,59g/W tym cukier:60,75g/ sól:2,70g / Bł:48,18g /	E:2291,67kcal/ B:73,07g/ T:67,95g / Kw.tł.nas:11,87g/ W:346,32g/W tym cukier:99,91g/ sól:3,88g / Bł:40,43g /

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

25.09.2024 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) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g 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 pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2067,29kcal/ B:88,73g/ T:68,09g / Kw.tł.nas:14,89g/ W:270,78g/W tym cukier:55,56g/ sól;5,88g / Bł:27,57g /	E:2155,47kcal/ B:82,68g/ T:58,60g / Kw.tł.nas:15,28g/ W:316,08g/W tym cukier:57,92g/ sól:5,50g / Bł:23,43g /	E:2004,25kcal/ B:77,88g/ T:59,08g / Kw.tł.nas:15,28g/ W:275,88g/W tym cukier:42,84g/ sól;4,38g / Bł:30,47g /	E:2218,87kcal/ B:83,04g/ T:59,18g / Kw.tł.nas:15,44g/ W:329,48g/W tym cukier:55,52g/ sól:5,82g / Bł:21,83g /

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

