

Jadłospis za okres od dnia 26.09.2024 do dnia 05.10.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

26.09.2024 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) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa z ziemniakami 300g (9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ryżowa z ziemniakami 300g (9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g(1,7,9) schab gotowany 250g w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) buraczki po włosku 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
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:2345,48kcal/ B:100,66g/ T:66,19g / Kw.tł.nas:11,20g/ W:363,29g/W tym cukier:50,24g/ sól:3,61g / Bł:49,15g /	E:2243,53kcal/ B:95,64g/ T:61,77g / Kw.tł.nas:8,59g/ W:350,93g/W tym cukier:52,08g/ sól:3,27g / Bł:44,39g /	E:2064,30kcal/ B:90,84g/ T:62,25g / Kw.tł.nas:8,59g/ W:303,73g/W tym cukier:30,00g/ sól:2,15g / Bł:51,43g /	E:2367,98kcal/ B:101,56g/ T:66,19g / Kw.tł.nas:32,44g/ W:368,24g/W tym cukier:59,73g/ sól:3,61g / Bł:55,19g /

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

27.09.2024 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) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszanej 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g kompot 250g	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszanej 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1917,71kcal/ B:85,44g/ T:43,08g / Kw.tł.nas:9,88g/ W:297,52g/W tym cukier:70,55g/ sól;4,62g / Bł:33,23g /	E:2158,55kcal/ B:93,30g/ T:57,65g / Kw.tł.nas:18,88g/ W:318,61g/W tym cukier:70,57g/ sól:3,40g / Bł:33,59g /	E:2111,54kcal/ B:91,05g/ T:69,63g / Kw.tł.nas:19,63g/ W:275,31g/W tym cukier:50,84g/ sól;3,08g / Bł:42,63g /	E:2160,71kcal/ B:93,44g/ T:47,83g / Kw.tł.nas:9,88g/ W:322,27g/W tym cukier:70,55g sól:4,62g / 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

28.09.2024 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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 brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Kisiel oocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g papryka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2360,45kcal/ B:91,95g/ T:61,30g / Kw.tł.nas:15,60g/ W:354,59g/W tym cukier:87,42g/ sól:5,44g / Bł:27,65g /	E:2386,05kcal/ B:92,59g/ T:60,82g / Kw.tł.nas:15,44g/ W:364,19g/W tym cukier:89,82/ sól:5,12g / Bł:29,25g /	E:2215,83kcal/ B:89,91g/ T:65,62g / Kw.tł.nas:14,26g/ W:308,59g/W tym cukier:38,00g/ sól:4,52g / Bł:36,75g /	E:2514,20kcal/ B:91,95g/ T:61,30g / Kw.tł.nas:15,60g/ W:390,59g/W tym cukier:87,42g/ sól:5,44g / Bł:27,65g /

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

29.09.2024 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) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek świeży 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek świeży bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek świeży 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 koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa koperkowy z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Kubuś sok 300g
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:2370,72kcal/ B:90,80g/ T:54,81g / Kw.tł.nas;15,66g/ W:416,30g/W tym cukier:89,30g/ sól;4,69g / Bł:26,38g /	E:2396,32cal/ B:91,44g/ T:54,33g / Kw.tł.nas:15,50g/ W:425,90g/W tym cukier;91,70g/ sól:4,37g / Bł:27,98g /	E:2171,58kcal/ B:92,04g/ T:54,21g / Kw.tł.nas:15,30g/ W:363,70g/W tym cukier:59,72g/ sól:3,43g / Bł:35,02g /	E:2505,72kcal/ B:92,00g/ T:55,11g / Kw.tł.nas;15,75g/ W:446,00g/W tym cukier:117,80g/ sól:4,69g / Bł:29,68g /

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

30.09.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) leczo 250g ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa makaronowa 300g (1,3,9) leczo 250g ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2446,46kcal/ B:70,77g/ T:94,64g / Kw.tł.nas:24,13/ W:319,84g/W tym cukier:77,30g/ sól:4,21g / Bł:22,35g /	E:2472,06kcal/ B:71,41g/ T:94,16g / Kw.tł.nas:23,97g/ W:329,44g/W tym cukier:79,70g/ sól:3,89g / Bł:23,95g /	E:2292,83kcal/ B:66,61g/ T:94,64g / Kw.tł.nas:23,97g/ W:282,24g/ W tym cukier:57,62g/ sól:2,77g / Bł:30,99g /	E:2638,46kcal/ B:81,57g/ T:101,09g / Kw.tł.nas:28,33g/ W:342,34g/W tym cukier:96,80g/ sól:4,32g / Bł:22,35g /

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

01.10.2024 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) sałata zielona 50g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 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:2150,97kcal/ B:79,57g/ T:64,09g / Kw.tł.nas:10,92g/ W:331,50g/W tym cukier:61,34g/ sól:3,47g / Bł:46,75g /	E:2232,89kcal/ B:77,08g/ T:51,23g / Kw.tł.nas:13,18g/ W:355,61g/W tym cukier:65,03g/ sól:4,16g / Bł:55,25g /	E:2053,66kcal/ B:72,28g/ T:51,71g / Kw.tł.nas:13,18g/ W:308,41g/W tym cukier:42,95g/ sól;3,04g / Bł:62,29g /	E:2442,97kcal/ B:89,57g/ T:77,09g / Kw.tł.nas;13,52g/ W:379,50g/W tym cukier:67,64/ sól;3,47g / Bł:46,75g /

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

02.10.2024 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) szynka biała 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szynka biała 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szynka biała 50g (6) roszponka 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szynka biała 50g (6) 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 pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kisiel 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:2193,59kcal/ B:107,00g/ T:58,31g / Kw.tł.nas:13,71g/ W:238,15g/W tym cukier:39,11g/ sól:4,93g / Bł:28,05g /	E:2219,19kcal/ B:107,64g/ T:57,83g / Kw.tł.nas:13,55g/ W:247,75g/W tym cukier:41,51g/ sól:4,61g / Bł:29,65g /	E:2034,97kcal/ B:104,64g/ T:58,31g / Kw.tł.nas:13,70g/ W:192,55g/W tym cukier:34,38g/ sól:3,50g / Bł:36,69g /	E:2282,59kcal/ B:108,00g/ T:58,41g / Kw.tł.nas:13,71g/ W:261,15g/W tym cukier:39,11g/ sól:4,93g / Bł:28,05g /

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

03.10.2024 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) 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 bez skórki 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pulpet wieprzowy w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pulpet wieprzowy w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet mielony 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:2216,59kcal/ B:85,00g/ T:59,79g / Kw.tł.nas:9,59g/ W:325,09g/W tym cukier:56,44g/ sól:3,73g / Bł:40,31g /	E:2230,31kcal/ B:86,87g/ T:56,40g / Kw.tł.nas:11,67g/ W:335,80g/W tym cukier:59,33g/ sól:3,38g / Bł:41,70g /	E:2051,07kcal/ B:82,07g/ T:56,88g / Kw.tł.nas:11,67g/ W:288,60g/W tym cukier:37,25g/ sól:2,26g / Bł:48,74g /	E:2428,99kcal/ B:87,68g/ T:71,39g / Kw.tł.nas:14,79g/ W:349,09g/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

04.10.2024 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) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser capresi 50g (7) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (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 krupnik z kaszą jęczmienną i ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) łazanki z białej kapusty 350g (1,3,6,10) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) łazanki z białej kapusty 350g (1,3,6,10) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmienną i z ziemniakami 300g (1,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2004,07kcal/ B:80,27g/ T:65,43g / Kw.tł.nas:13,25g/ W:317,74g/W tym cukier:47,63g/ sól:4,60g / Bł:33,95g /	E:2101,82kcal/ B:77,34g/ T:56,17g / Kw.tł.nas:12,89g/ W:373,28g/W tym cukier:51,81g/ sól:4,20g / Bł:42,92g	E:1982,61kcal/ B:72,54g/ T:56,65g / Kw.tł.nas:12,89g/ W:341,08g/W tym cukier:44,73g/ sól:3,08g / Bł:49,96g /	E:2430,07kcal/ B:88,27g/ T:80,73g / Kw.tł.nas:20,85g/ W:382,24g/W tym cukier:71,33g/ sól:4,90g / Bł:35,45g /

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

05.10.2024 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 mozzarella 60g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
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:2242,01kcal/ B:94,05g/ T:50,93g / Kw.tł.nas:14,47g/ W:349,40g/W tym cukier:70,27g/ sól;4,68g / Bł:22,54g /	E:2267,61kcal/ B:94,69g/ T:50,45g / Kw.tł.nas:14,31g/ W:359,00g/W tym cukier:72,67g/ sól:4,36g / Bł:24,14g /	E:2116,40cal/ B:89,89g/ T:50,93g / Kw.tł.nas:14,31g/ W:318,80g/W tym cukier:57,59g/ sól;3,24g / Bł:31,18g /	E:2447,37kcal/ B:106,40g/ T:60,90g / Kw.tł.nas:15,75g/ W:366,36g/W tym cukier:94,24g/ sól:4,73g / Bł:23,16g /

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

