

Jadłospis za okres od dnia 06.10.2024 do dnia 15.10.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

06.10.2024 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) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g(6) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)
Obiad:	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) udko pieczone 150g ziemniaki 200g marchew oprószana z groszkiem 200g (1) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu razowego, wędliny i warzyw 100g (1,3,6,7,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu razowego, wędliny i warzyw 100g (1,3,6,7,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu razowego, wędliny i warzyw 100g (1,3,6,7,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronu razowego, wędliny i warzyw 100g (1,3,6,7,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2306,59kcal/ B:97,56g/ T:64,17g / Kw.tł.nas:12,00g/ W:330,44g/W tym cukier:73,33g/ sól:4,55g / Bł:38,73g /	E:2319,39kcal/ B:97,88g/ T:63,93g / Kw.tł.nas:11,92g/ W:335,24g/W tym cukier:74,53g/ sól:4,39g / Bł:39,53g /	E:2152,96kcal/ B:93,40g/ T:64,17g / Kw.tł.nas:11,84g/ W:292,84g/W tym cukier:53,65g/ sól:3,11g / Bł:47,37g /	E:2329,099kcal/ B:98,46g/ T:64,17g / Kw.tł.nas:12,00g/ W:335,39g/W tym cukier:78,28g/ sól:4,55g / Bł:38,73g /

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

07.10.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory bez skórki 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) pomidory 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2255,99kcal/ B:78,14g/ T:67,57g / Kw.tł.nas:15,37g/ W:362,63g/W tym cukier:48,94g/ sól;3,12g / Bł:42,13g /	E:2256,39kcal/ B:75,22g/ T:65,86g / Kw.tł.nas:14,87g/ W:363,33g/W tym cukier:50,99g/ sól:2,81g / Bł:30,36g /	E:2077,16kcal/ B:70,42g/ T:66,34g / Kw.tł.nas:14,87g/ W:316,13g/W tym cukier:28,91g/ sól;1,69g / Bł:37,40g /	E:2292,79kcal/ B:74,58g/ T:66,34g / Kw.tł.nas:15,03g/ W:366,73g/W tym cukier:59,59g sól:3,13g / Bł:31,96g /

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

08.10.2024 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 jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1,3,6,10) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1,3,6,10) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
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:2145,14kcal/ B:72,13g/ T:58,13g / Kw.tł.nas:6,84g/ W:339,729g/W tym cukier:80,22g/ sól:3,98g / Bł:24,93g /	E:2166,17kcal/ B:74,61g/ T:64,27g / Kw.tł.nas:10,00g/ W:330,60g/W tym cukier:66,84g/ sól:3,77g / Bł:33,74g /	E:1986,94kcal/ B:69,81g/ T:64,75g / Kw.tł.nas:10,00g/ W:283,40g/W tym cukier:44,76g/ sól:2,65g / Bł:40,78g /	E:2284,64kcal/ B:73,93g/ T:61,73g / Kw.tł.nas:9,24g/ W:364,32g/W tym cukier:99,72g/ sól:4,08g / Bł:24,93g /

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

09.10.2024 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) 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) paprykarz warzywny 60g (6) 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:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa pomidorowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 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) 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) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2184,51kcal/ B:97,03g/ T:61,08g / Kw.tł.nas;20,00g/ W:345,05g/W tym cukier:87,22g/ sól;6,54g / Bł:29,72g /	E:2333,41cal/ B:96,33g/ T:79,73g / Kw.tł.nas:19,78g/ W;345,71g/W tym cukier;89,35g/ sól:5,05g / Bł:30,91g /	E:2241,00kcal/ B:94,07g/ T:86,21g / Kw.tł.nas:20,20g/ W:303,91g/W tym cukier:60,33g/ sól:4,65g / Bł:38,85g /	E:2338,26kcal/ B:97,03g/ T:61,08g / Kw.tł.nas;20,00g/ W:381,05g/W tym cukier:87,22g/ sól:6,54g / Bł:29,72g /

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

10.10.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) szczypiorek 50g 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) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ryż na sypko 200g kisiel 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kisiel 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2170,64kcal/ B:86,95g/ T:63,21g / Kw.tł.nas:10,19g/ W:311,78g/W tym cukier:57,03g/ sól:4,52g / Bł:31,25g /	E:2525,13kcal/ B:107,25g/ T:62,39g / Kw.tł.nas:11,16g/ W:376,20g/W tym cukier:57,30g/ sól:4,30g / Bł:36,08g /	E:2345,90kcal/ B:102,45g/ T:62,87g / Kw.tł.nas:11,16g/ W:329,00g/ W tym cukier:35,22g/ sól:3,18g / Bł:43,12g /	E:2362,64kcal/ B:97,75g/ T:69,66g / Kw.tł.nas:14,39g/ W:334,28g/W tym cukier:76,53g/ sól:4,63g / Bł:31,25g /

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

11.10.2024 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) dżem 40g ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g
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) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g 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:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:1970,12kcal/ B:68,54g/ T:60,92g / Kw.tł.nas:16,11g/ W:267,13g/W tym cukier:64,63g/ sól:6,10g / Bł:21,85g /	E:2131,07kcal/ B:70,31g/ T:56,28g / Kw.tł.nas:13,19g/ W:313,18g/W tym cukier:67,25g/ sól:3,50g / Bł:18,96g /	E:2097,05kcal/ B:68,57g/ T:58,06g / Kw.tł.nas:14,09g/ W:269,44g/W tym cukier:46,53g/ sól;2,98g / Bł:26,70g /	E:2397,47kcal/ B:79,67g/ T:69,76g / Kw.tł.nas;15,95g/ W:351,58g/W tym cukier:71,15g/ sól;3,82g / Bł:17,36g /

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

12.10.2024 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) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) twarożek kanapkowy 50g (7) rzodkiewka 100g 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 zacierkowa 300g (1,3,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g mizeria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g mizeria z ogórkiem ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g mizeria z ogórkiem ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) sok z wodą 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) klopsik wieprzowy w sosie własnym 250g (1,3) kasza gryczana na sypko 200g mizeria z ogórkiem ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) sok z wodą 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) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2434,41kcal/ B:86,44g/ T:100,63g / Kw.tł.nas:20,32g/ W:270,25g/W tym cukier:32,87g/ sól:3,26g / Bł:29,52g /	E:2460,01kcal/ B:87,08g/ T:100,15g / Kw.tł.nas:20,16g/ W:279,85g/W tym cukier:35,27g/ sól:2,94g / Bł:31,12g /	E:2275,79kcal/ B:84,08g/ T:100,63g / Kw.tł.nas:20,31g/ W:224,65g/W tym cukier:28,14g/ sól:1,83g / Bł:38,16g /	E:2646,81kcal/ B:89,12g/ T:112,23g / Kw.tł.nas:25,52g/ W:294,25g/W tym cukier:46,47g/ sól:3,32g / Bł:31,52g /

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

13.10.2024 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 żółty 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) smalczyk z fasoli, jabłka i cebuli 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) smalczyk z fasoli, jabłka i cebuli 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) ser żółty 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
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:2056,37kcal/ B:75,83g/ T:62,55g / Kw.tł.nas:7,13g/ W:296,85g/W tym cukier:85,14g/ sól;3,99g / Bł:25,49g /	E:2129,48kcal/ B:72,81g/ T:59,81g / Kw.tł.nas:9,24g/ W;324,01g/W tym cukier:91,02g/ sól:4,88g / Bł:34,85g /	E:1950,25kcal/ B:68,01g/ T:60,29g / Kw.tł.nas:9,24g/ W:276,81g/W tym cukier:68,94g/ sól:3,76g / Bł:41,89g /	E:2145,37kcal/ B:76,83g/ T:62,65g / Kw.tł.nas:7,13g/ W:319,85g/W tym cukier:85,14g/ sól;3,99g/ Bł;25,49g/

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

14.10.2024 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 na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) bigos z kapusty kiszzonej 300g (6,10) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) bigos z kapusty kiszzonej 300g (6,10) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45 dzem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2200,04kcal/ B:79,19g/ T:68,16g / Kw.tł.nas:24,20g/ W:325,76g/W tym cukier:47,63g/ sól:4,01g / Bł:35,09g /	E:2524,99kcal/ B:96,89g/ T:71,89g / Kw.tł.nas:26,26g/ W:373,77g/W tym cukier:89,67g/ sól:3,97g / Bł:35,58g	E:2345,76kcal/ B:92,09g/ T:72,37g / Kw.tł.nas:26,26g/ W:326,57g/W tym cukier:67,59g/ sól:2,85g / Bł:42,62g /	E:2403,29kcal/ B:83,70g/ T:69,33g / Kw.tł.nas:24,52g/ W:367,77g/W tym cukier:90,06g/ sól:4,01g / Bł:37,56g /

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

15.10.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta kurczaka 100g (1,3) ryż na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta kurczaka 100g (1,3) ryż na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa kapuśniak z kapusty białej z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta kurczaka 100g (1,3) ryż na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta kurczaka 100g (1,3) ryż na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 300g (7)
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:2455,21kcal/ B:88,44g/ T:79,68g / Kw.tł.nas:14,96g/ W:342,13g/W tym cukier:49,85g/ sól:4,10g / Bł:31,69g /	E:2487,22kcal/ B:88,91g/ T:80,02g / Kw.tł.nas:14,80g/ W:351,37g/W tym cukier:58,31g/ sól:4,04g / Bł:28,62g /	E:2307,98cal/ B:84,11g/ T:80,50g / Kw.tł.nas:14,80g/ W:304,17g/W tym cukier:36,23g/ sól:2,92g / Bł:35,66g /	E:2578,65kcal/ B:95,08g/ T:84,06g / Kw.tł.nas:14,96g/ W:355,11g/W tym cukier:50,85g/ sól:4,10g / Bł:31,69g /

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

