

Jadłospis za okres od dnia 16.10.2024 do dnia 25.10.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

16.10.2024 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) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 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 jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z marchwi i jabłka 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2433,99kcal/ B:95,03g/ T:84,91g / Kw.tł.nas:19,18g/ W:391,71g/W tym cukier:78,17g/ sól:4,32g / Bł:50,91g /	E:2434,40kcal/ B:92,11g/ T:83,21g / Kw.tł.nas:18,68g/ W:392,41g/W tym cukier:80,22g/ sól:4,01g / Bł:39,14g /	E:2201,18kcal/ B:86,91g/ T:82,09g / Kw.tł.nas:17,08g/ W:335,81g/W tym cukier:41,14g/ sól:2,69g / Bł:46,18g /	E:2431,30kcal/ B:92,37g/ T:83,69g / Kw.tł.nas:18,84g/ W:387,76g/W tym cukier:82,77g/ sól:4,33g / Bł:37,54g /

**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

17.10.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g roszponka 20g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g	Zupa fasolowa z ziemniakami 300g (1,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2444,47kcal/ B:90,33g/ T:45,65g / Kw.tł.nas:10,35g/ W:417,92g/W tym cukier:64,46g/ sól;3,51g / Bł:28,12g /	E:2421,50kcal/ B:86,77g/ T:48,58g / Kw.tł.nas:13,27g/ W:409,38g/W tym cukier:67,55g/ sól:3,29g / Bł:19,98g /	E:2242,26kcal/ B:81,97g/ T:49,06g / Kw.tł.nas:13,27g/ W:362,18g/W tym cukier:45,47g/ sól;2,17g / Bł:27,02g /	E:2636,47kcal/ B:101,13g/ T:52,10g / Kw.tł.nas:14,55g/ W:440,42g/W tym cukier:83,96g sól:3,61g / Bł:28,12g /

**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

18.10.2024 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) szynka drobiowa 50g (6) ser żółty 50g (7) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g	Chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) ser żółty 50g (7) pomidor 100g kakao na mleku 300g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kisiel 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kisiel 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) pulpet z dorsza w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kisiel 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kisiel 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:2369,41kcal/ B:100,82g/ T:66,29g / Kw.tł.nas:14,72g/ W:316,11g/W tym cukier:72,89g/ sól:4,74g / Bł:37,90g /	E:2594,60kcal/ B;101,78g/ T:66,25g / Kw.tł.nas:18,60g/ W:345,54g/W tym cukier:76,21g/ sól;4,06g / Bł:42,30g /	E:2475,38kcal/ B:96,98g/ T:66,73g / Kw.tł.nas:18,60g/ W:313,34g/W tym cukier:69,13g/ sól:2,94g / Bł:49,34g /	E:2508,91kcal/ B:102,62g/ T:69,89g / Kw.tł.nas:17,12g/ W:340,71g/W tym cukier:92,39g/ sól:4,84g / Bł:37,90g /

**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

19.10.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 20g 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) sałata lodowa 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 barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g makaron z serem 350g (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) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2402,25kcal/ B:84,07g/ T:83,66g / Kw.tł.nas;15,81g/ W:328,45g/W tym cukier:49,58g/ sól;4,13g / Bł:18,10g /	E:2427,85cal/ B:84,71g/ T:83,18g / Kw.tł.nas:15,65g/ W:338,05g/W tym cukier;51,98g/ sól:3,81g / Bł:19,70g /	E:2276,63kcal/ B:79,91g/ T:83,66g / Kw.tł.nas:15,65g/ W:297,85g/W tym cukier:36,90g/ sól:2,69g / Bł:26,74g /	E:2556,00kcal/ B:84,07g/ T:83,66g / Kw.tł.nas;15,81g/ W:364,45g/W tym cukier:49,58g/ sól:4,13g / Bł:18,10g /

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

20.10.2024 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) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g papryka świeża 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka delikatesowa 50g (6) sałatka rybna 60g (60g (4,6,9)) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2161,16kcal/ B:96,17g/ T:52,44g / Kw.tł.nas:10,69g/ W:322,43g/W tym cukier:76,07g/ sól:4,19g / Bł:36,01g /	E:2186,76kcal/ B:96,81g/ T:51,96 / Kw.tł.nas:10,53/ W:332,03g/W tym cukier:78,47g/ sól:3,87g / Bł:37,61g /	E:2024,50kcal/ B:88,85g/ T:56,83g / Kw.tł.nas:11,24g/ W:277,74g/ W tym cukier:46,47g/ sól:3,93g / Bł:43,45g /	E:2372,53kcal/ B:91,65g/ T:64,35g / Kw.tł.nas:16,06g/ W:349,34g/W tym cukier:89,67g/ sól:4,23g / Bł:36,81g /

**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

21.10.2024 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 jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) kiełbasa zwyczajna smażona 100g (6,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszzonej 200g herbata owocowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata owocowa 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata owocowa 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:2267,79kcal/ B:84,75g/ T:78,10g / Kw.tł.nas:20,17g/ W:355,37g/W tym cukier:79,80g/ sól:4,02g / Bł:37,63g /	E:2345,19kcal/ B:70,76g/ T:70,70g / Kw.tł.nas:20,65g/ W:400,28g/W tym cukier:80,85g/ sól:3,78g / Bł:29,42g /	E:2165,95 kcal/ B:68,36g/ T:70,94g / Kw.tł.nas:20,65g/ W:366,68g/W tym cukier:59,81g/ sól;3,22g / Bł:32,94g /	E:2522,84kcal/ B:74,64g/ T:72,35g / Kw.tł.nas;21,12g/ W:432,69g/W tym cukier:85,81g/ sól;4,10g / Bł:30,29g /

**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

22.10.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) papryka świeża 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) papryka świeża 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2146,66kcal/ B:72,36g/ T:52,96g / Kw.tł.nas:10,10g/ W:273,96g/W tym cukier:49,26g/ sól;3,36g / Bł:24,15g /	E:2173,62kcal/ B:74,52g/ T:46,40g / Kw.tł.nas:11,40g/ W:294,32g/W tym cukier:52,49g/ sól:3,06g / Bł:27,00g /	E:1994,39kcal/ B:69,72g/ T:46,88g / Kw.tł.nas:11,40g/ W:247,12g/W tym cukier:30,41g/ sól:1,94g / Bł:34,04g /	E:2208,66kcal/ B:72,36g/ T:52,96g / Kw.tł.nas:10,10g/ W:286,96g/W tym cukier:60,26g/ sól;3,36g / Bł:27,35g /

**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

23.10.2024 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) ser mozzarella 60g (7) smalczyk z fasoli, jabłka i cebulki 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) smalczyk z fasoli, jabłka i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) smalczyk z fasoli, jabłka i cebulki 50g pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) smalczyk z fasoli, jabłka i cebulki 50g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata ziołowa 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowa 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2247,39kcal/ B:86,48g/ T:92,06g / Kw.tł.nas:18,80g/ W:273,74g/W tym cukier:54,11g/ sól:5,92g / Bł:25,51g /	E:2431,26kcal/ B:92,48g/ T:90,53g / Kw.tł.nas:21,75g/ W:315,66g/W tym cukier:55,20g/ sól:6,03g / Bł:33,65g /	E:2280,05kcal/ B:87,68g/ T:91,01g / Kw.tł.nas:21,75g/ W:275,46g/W tym cukier:40,12g/ sól:4,91g / Bł:40,69g /	E:2370,83kcal/ B:93,12g/ T:96,44g / Kw.tł.nas:18,80g/ W:286,72g/W tym cukier:55,11g/ sól:5,92g/ Bł:25,51g/

**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



24.10.2024 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 biała 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet schabowy panierowany 150g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2216,33kcal/ B:93,34g/ T:49,81g / Kw.tł.nas:7,03g/ W:335,61g/W tym cukier:86,18g/ sól:4,48g / Bł:43,10g /	E:2228,04kcal/ B:102,17g/ T:55,53g / Kw.tł.nas:7,56g/ W:336,82g/W tym cukier:88,44g/ sól:3,87g / Bł:44,09g	E:2048,80kcal/ B:97,37g/ T:56,01g / Kw.tł.nas:7,56g/ W:289,62g/W tym cukier:66,36/ sól:2,75g / Bł:51,13g /	E:2642,33kcal/ B:101,34g/ T:65,11g / Kw.tł.nas:14,63g/ W:400,11g/W tym cukier:109,88g/ sól:4,78g / Bł:44,60g /

**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

25.10.2024 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) konserwa rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) konserwa rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) konserwa rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) konserwa rybna 60g (2,4) rzodkiewka 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpakiem 250g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpakiem 250g (1,3,7) kisiel 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1,3,7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2321,23kcal/ B:98,89g/ T:60,22g / Kw.tł.nas:11,73g/ W:371,19g/W tym cukier:43,91g/ sól:3,87g / Bł:33,63g /	E:2266,50kcal/ B:97,22g/ T:59,72g / Kw.tł.nas:11,54g/ W:358,50g/W tym cukier:46,39g/ sól:3,79g / Bł:30,49g /	E:2114,28cal/ B:94,22g/ T:60,20g / Kw.tł.nas:11,69g/ W:311,30g/W tym cukier:47,26g/ sól:2,68g / Bł:37,53g /	E:2428,33kcal/ B:109,93g/ T:53,96g / Kw.tł.nas:12,60g/ W:402,31g/W tym cukier:62,42g/ sól:3,92g / Bł:30,67g /

**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

