

Jadłospis za okres od dnia 26.10.2024 do dnia 04.11.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychicznie Chorych w Bolesławcu

26.10.2024 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) serek wiejski 100g (7) dżem 40g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) dżem 40g pomidor bez skórki 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) pomidor bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) dżem 40g pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) sok z wodą 25g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
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:2209,72kcal/ B:90,22g/ T:58,19g / Kw.tł.nas:16,21g/ W:350,58g/W tym cukier:58,20g/ sól;3,73g / Bł:48,46g /	E:2235,32kcal/ B:90,86g/ T:57,71g / Kw.tł.nas:16,05g/ W:360,18g/W tym cukier:60,60g/ sól;3,41g / Bł:50,06g /	E:2147,10kcal/ B:88,58g/ T:64,11g / Kw.tł.nas:16,47g/ W:320,98g/W tym cukier:32,78g/ sól;3,01g / Bł:57,56g /	E:2401,72kcal/ B:101,02g/ T:64,64g / Kw.tł.nas:20,47g/ W:373,08g/W tym cukier:77,70g/ sól;3,84g / Bł:48,46g /

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

27.10.2024 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) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g herbata 250g
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 z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) jabłko 150g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2360,62kcal/ B:73,43g/ T:91,54g / Kw.tł.nas:19,56g/ W:300,23g/W tym cukier:75,14g/ sól:4,84g / Bł:24,56g /	E:2386,22kcal/ B:74,07g/ T:91,06g / Kw.tł.nas:19,40g/ W:309,83g/W tym cukier:77,54g/ sól:4,52g / Bł:26,16g /	E:2206,99kcal/ B:69,27g/ T:91,54g / Kw.tł.nas:19,40g/ W:262,63g/W tym cukier:55,46g/ sól:3,40g / Bł:33,20g /	E:2485,62kcal/ B:78,43g/ T:91,54g / Kw.tł.nas:19,56g/ W:327,73g/W tym cukier:102,64g/ sól:4,84g / Bł:24,56g /

**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

28.10.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g(1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 300g (1,9) pulpet z dorsza w sosie pomidorowym 250g (1,3,4,7) ryż paraboliczny na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pulpet z dorsza w sosie pomidorowym 250g (1,3,4,7) ryż paraboliczny na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pulpet z dorsza w sosie pomidorowym 250g (1,3,4,7) ryż paraboliczny na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa kapuśniak z kiszzonej kapusty z ziemniakami 300g (1,9) pulpet z dorsza w sosie pomidorowym 250g (1,3,4,7) ryż paraboliczny na sypko 200g buraczki po włosku 200g (12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Wafelek kakaowy 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2522,68kcal/ B:91,50g/ T:62,67g / Kw.tł.nas;10,70g/ W:394,04g/W tym cukier:80,63g/ sól:3,88g / Bł:34,26g /	E:2563,51kcal/ B:91,72g/ T:65,68g / Kw.tł.nas:12,96g/ W:398,99g/W tym cukier:80,78g/ sól;3,54g / Bł:34,21g /	E:2384,28kcal/ B:86,92g/ T:66,13g / Kw.tł.nas:12,96g/ W:341,86g/W tym cukier:58,70g/ sól:2,42g / Bł:41,25g /	E:2688,73kcal/ B:94,18g/ T;74,27g / Kw.tł.nas:15,90g/ W:418,04g/W tym cukier:94,23g/ sól:3,94g / Bł:36,26g /

**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

29.10.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
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:2075,43kcal/ B:78,44g/ T:65,15g / Kw.tł.nas;7,16g/ W:339,06g/W tym cukier:52,45g/ sól;4,38g / Bł:33,34g /	E:2163,61kcal/ B:72,40g/ T:55,65g / Kw.tł.nas:7,54g/ W:384,36g/W tym cukier;54,81g/ sól:4,00g / Bł:29,20g /	E:1984,37kcal/ B:67,60g/ T:56,13g / Kw.tł.nas:7,54g/ W:337,16g/W tym cukier:32,73g/ sól:2,88g / Bł:36,24g /	E:2291,76kcal/ B:71,76g/ T:56,13g / Kw.tł.nas;7,70g/ W:410,76g/W tym cukier:52,41g/ sól:4,32g / Bł:27,60g /

**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

30.10.2024 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) humus 60g (6,11) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) 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) humus 60g (6,11) 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) humus 60g (6,11) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2399,95kcal/ B:79,29g/ T:94,61g / Kw.tł.nas:31,29g/ W:239,82g/W tym cukier:70,61g/ sól;4,19g / Bł:20,73g /	E:2330,01kcal/ B:84,77g/ T:90,53g / Kw.tł.nas:30,51g/ W:315,42g/W tym cukier:73,16g/ sól:3,89g / Bł:26,26g /	E:2178,79kcal/ B:79,97g/ T:91,01g / Kw.tł.nas:30,51g/ W:275,22g/ W tym cukier:58,08g/ sól;2,77g / Bł:33,30g /	E:2522,95kcal/ B:83,49 g/ T:98,36g / Kw.tł.nas:33,69g/ W:262,77g/W tym cukier:70,61g/ sól:4,34g / Bł:20,73g /

**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

31.10.2024 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) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g	Płatki kukurydziane 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	Płatki kukurydziane 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	Płatki kukurydziane 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:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa grochowa z makaronem 300g (1,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g	Zupa grochowa z makaronem 300g (1,3,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1,3) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kompot 250g
Podwieczorek:				Gruszka 150g
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:2334,79kcal/ B:88,60g/ T:71,36g / Kw.tł.nas:16,31g/ W:327,59g/W tym cukier:80,46g/ sól:4,43g / Bł:33,79g /	E:2362,68kcal/ B:87,62g/ T:67,13g / Kw.tł.nas:14,46g/ W:347,30g/W tym cukier:79,74g/ sól:4,27g / Bł:36,78g /	E:2196,25kcal/ B:83,14g/ T:67,37g / Kw.tł.nas:14,38g/ W:304,90g/W tym cukier:58,86g/ sól;2,99g / Bł:44,62g /	E:2421,79kcal/ B:88,75g/ T:71,51g / Kw.tł.nas;16,31g/ W:350,09g/W tym cukier:80,46g/ sól;4,43g / Bł:33,79g /

**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

01.11.2024 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) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ser żółty 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g serek wiejski 100g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g serek wiejski 100g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ser żółty 50g (7) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
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:2564,20kcal/ B:102,04g/ T:66,00g / Kw.tł.nas:14,74g/ W:370,76g/W tym cukier:68,46g/ sól;5,34g / Bł:26,56g /	E:2576,30kcal/ B:104,83g/ T:62,52g / Kw.tł.nas:17,98g/ W:381,61g/W tym cukier:72,86g/ sól:5,42g / Bł:28,16g /	E:2397,06kcal/ B:100,03g/ T:63,00g / Kw.tł.nas:17,98g/ W:334,41g/W tym cukier:50,78g/ sól:4,30g / Bł:35,20g /	E:2687,64kcal/ B:108,68g/ T:70,38g / Kw.tł.nas:14,74g/ W:383,74g/W tym cukier:69,46g/ sól;5,34g / Bł:26,56g /

**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

02.11.2024 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) ogonówka 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Deser owocowy 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2209,62kcal/ B:84,12g/ T:62,25g / Kw.tł.nas:13,56g/ W:338,07g/W tym cukier:60,32g/ sól:6,24g / Bł:41,63g /	E:2235,22kcal/ B:84,76g/ T:61,77g / Kw.tł.nas:13,40g/ W:347,67g/W tym cukier:62,72g/ sól:5,92g / Bł:43,23g /	E:2002,00kcal/ B:79,56g/ T:60,65g / Kw.tł.nas:11,80g/ W:291,07g/W tym cukier:23,64g/ sól:4,60g / Bł:50,27g /	E:2271,62kcal/ B:84,12g/ T:62,25g / Kw.tł.nas:13,56g/ W:351,07g/W tym cukier:71,32g/ sól:6,24g/ Bł:44,83g/

**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



03.11.2024 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 pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) sałatka rybna 60g (4,6,9) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) miód 20g pomidor 100g 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) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa koperkowa z ryżem 300g (1,7,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
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 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2143,55kcal/ B:96,92g/ T:46,29g / Kw.tł.nas:11,34g/ W:367,00g/W tym cukier:62,95g/ sól:3,72g / Bł:49,77g /	E:2169,15kcal/ B:97,56g/ T:45,81g / Kw.tł.nas:11,18g/ W:376,60g/W tym cukier:65,35g/ sól:3,40g / Bł:51,37g	E:1974,91kcal/ B:98,60g/ T:50,37g / Kw.tł.nas:11,87g/ W:304,40g/W tym cukier:41,30g/ sól:3,49g / Bł:58,41g /	E:2346,80kcal/ B:101,43g/ T:47,45g / Kw.tł.nas:11,66g/ W:409,01g/W tym cukier:70,31g/ sól:3,72g / Bł:52,24g /

**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

04.11.2024 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) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300 (1,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300 (1,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300 (1,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300 (1,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2226,51kcal/ B:99,17g/ T:46,54g / Kw.tł.nas:7,23g/ W:355,84g/W tym cukier:92,59g/ sól:3,46g / Bł:41,29g /	E:2252,11kcal/ B:99,81g/ T:46,06g / Kw.tł.nas:7,07g/ W:365,44g/W tym cukier:94,99g/ sól:3,14g / Bł:42,89g /	E:2072,88kcal/ B:95,01g/ T:46,54g / Kw.tł.nas:7,07g/ W:318,24g/W tym cukier:72,91g/ sól:2,02g / Bł:49,93g /	E:2518,51kcal/ B:109,17g/ T:59,54g / Kw.tł.nas:9,83g/ W:403,84g/W tym cukier:98,89g/ sól:3,46g / Bł:41,29g /

**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

