

Jadłospis za okres od dnia 05.11.2024 do dnia 14.11.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

05.11.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g 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) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (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:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2222,24kcal/ B:77,88g/ T:63,91g / Kw.tł.nas:8,54g/ W:338,96g/W tym cukier:62,76g/ sól:3,16g / Bł:22,22g /	E:2247,84kcal/ B:78,52g/ T:63,43g / Kw.tł.nas:8,38g/ W:348,564g/W tym cukier:65,16g/ sól:2,84g / Bł:23,82g /	E:2068,61kcal/ B:73,72g/ T:63,91g / Kw.tł.nas:8,38g/ W:301,36g/W tym cukier:43,08g/ sól:1,72g / Bł:30,86 /	E:2365,35kcal/ B:92,92g/ T:57,56g / Kw.tł.nas:9,41g/ W:374,58g/W tym cukier:108,76g/ sól:3,22g / Bł:19,26g /

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

06.11.2024 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 capresi 50g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (6) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (6) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (6) szyneczka delikatesowa 50g (6) ogórek zielony 100g 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 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:				Jabłko 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:2310,35kcal/ B:74,50g/ T:82,34g / Kw.tł.nas:17,47g/ W:244,22g/W tym cukier:74,36g/ sól:5,40g / Bł:17,99g /	E:2240,41kcal/ B:79,98g/ T:78,26g / Kw.tł.nas:16,69g/ W:319,82g/W tym cukier:76,91g/ sól:5,10g / Bł:23,52g /	E:2089,19kcal/ B:75,18g/ T:78,74g / Kw.tł.nas:16,69g/ W:279,62g/W tym cukier:61,83g/ sól:3,98g / Bł:30,56g /	E:2289,81kcal/ B:79,94g/ T:80,24g / Kw.tł.nas:16,91g/ W:328,22g/W tym cukier:74,51g/ sól:5,42g / Bł:21,92g /

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

07.11.2024 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 rzodkiewka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1,3,6,10) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,0,12) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,0,12) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,0,12) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2317,71kcal/ B:71,95g/ T:90,51g / Kw.tł.nas;12,10g/ W:346,82g/W tym cukier:66,99g/ sól:3,95g / Bł:26,27g /	E:2243,04kcal/ B:62,39g/ T:88,69g / Kw.tł.nas:12,69g/ W:341,07g/W tym cukier:54,88g/ sól;3,25g / Bł:22,80g /	E:2063,81kcal/ B:57,59g/ T:89,17g / Kw.tł.nas:12,69g/ W:293,87g/W tym cukier:32,80g/ sól:2,13g / Bł:29,84g /	E:2356,94kcal/ B:63,55g/ T:92,77g / Kw.tł.nas:15,25g/ W:356,07g/W tym cukier:71,984g/ sól:3,68g / Bł:21,20g /

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

08.11.2024 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) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka biała 50g (6) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kisiel 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 250g(7) kisiel 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2054,90kcal/ B:83,41g/ T:75,28g / Kw.tł.nas;21,14g/ W:256,69g/W tym cukier:53,84g/ sól;8,23g / Bł:26,34g /	E:2312,00kcal/ B:103,14g/ T:88,62g / Kw.tł.nas:24,05g/ W:271,69g/W tym cukier;55,02g/ sól:5,71g / Bł:31,29g /	E:2192,78kcal/ B:98,34g/ T:89,10g / Kw.tł.nas:24,05g/ W:239,49g/W tym cukier:47,94g/ sól:4,59g / Bł:38,33g /	E:2267,30kcal/ B:86,09g/ T:86,88g / Kw.tł.nas;26,34g/ W:280,69g/W tym cukier:67,44g/ sól:4,13g / Bł:28,34g /

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

09.11.2024 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) twarożek kanapkowy 50g (7) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2040,41kcal/ B:77,44g/ T:75,36g / Kw.tł.nas:22,33g/ W:311,13g/W tym cukier:66,80g/ sól;3,99g / Bł:31,93g /	E:2173,02kcal/ B:85,01g/ T:49,72g / Kw.tł.nas:22,15g/ W:390,44g/W tym cukier:74,67g/ sól:3,61g / Bł:28,19g /	E:2021,80kcal/ B:80,21g/ T:50,20g / Kw.tł.nas:22,15g/ W:350,24g/ W tym cukier:59,59g/ sól;2,49g / Bł:35,23g /	E:2232,41kcal/ B:88,24g/ T:81,81g / Kw.tł.nas:26,53g/ W:333,63g/W tym cukier:86,30g/ sól:4,09g / Bł:31,93g /

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

10.11.2024 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) szynka drobiowa 50g (6) miód 20g roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) miód 20g roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) miód 20g roszponka 20g herbata 250g
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) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) spaghetti sos 200g (1) makaron 150g (1,3) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2376,25kcal/ B:86,30g/ T:47,42g / Kw.tł.nas:12,69g/ W:382,16g/W tym cukier:98,96g/ sól:3,63g / Bł:27,95g /	E:2401,85kcal/ B:86,94g/ T:46,94g / Kw.tł.nas:12,53g/ W:391,76g/W tym cukier:101,36g sól:3,31g / Bł:29,55g /	E:2199,42kcal/ B:84,28g/ T:51,82g / Kw.tł.nas:11,35g/ W:326,56g/W tym cukier:41,34g/ sól;2,71g / Bł:37,49g /	E:2530,00kcal/ B:86,30g/ T:47,42g / Kw.tł.nas:12,69g/ W:418,16g/W tym cukier:98,96g/ sól;3,63g / Bł:27,95g /

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

11.11.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser żółty 50g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g(6) ser capresi 50g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser capresi 50g (7) papryka świeża 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) ser żółty 50g (7) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45g dżem 20g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2048,94kcal/ B:86,86g/ T:49,69g / Kw.tł.nas:10,07g/ W:313,21g/W tym cukier:49,22g/ sól;4,38g / Bł:24,26g /	E:2069,04kcal/ B:84,65g/ T:48,21g / Kw.tł.nas:14,46g/ W:326,56g/W tym cukier:56,12g/ sól:5,21g / Bł:25,86g /	E:1929,82kcal/ B:79,85g/ T:48,69g / Kw.tł.nas:14,46g/ W:289,36g/W tym cukier:44,045g/ sól:4,09g / Bł:32,90g /	E:2252,19kcal/ B:91,38g/ T:50,86g / Kw.tł.nas:10,38g/ W:355,22g/W tym cukier:56,58g/ sól;4,38g / Bł:26,73g /

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

12.11.2024 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) dżem 40g szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g szczypiorek 50g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g szczypiorek 50g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet wieprzowy w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet wieprzowy w sosie pieczarkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) herbata owocowa 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g(12) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2161,41kcal/ B:73,72g/ T:57,31g / Kw.tł.nas:11,16g/ W:342,72g/W tym cukier:87,84g/ sól:3,74g / Bł:36,63g /	E:2175,13kcal/ B:75,59g/ T:53,92g / Kw.tł.nas:13,24g/ W:353,43g/W tym cukier:90,73g/ sól:3,39g / Bł:38,02g /	E:2072,30kcal/ B:73,32g/ T:65,826g / Kw.tł.nas:13,99g/ W:297,73g/W tym cukier:57,20g/ sól:3,07g / Bł:46,62g /	E:2404,41kcal/ B:81,72g/ T:62,06g / Kw.tł.nas:11,16g/ W:367,47g/W tym cukier:87,84g/ sól:3,74g/ Bł:36,63 g/

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

13.11.2024 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) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kompot 250g	Zupa ryżowa z ziemniakami 300g (9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) marchew oprószana groszkiem 200g (1) kompot 250g	Zupa ryżowa z ziemniakami 300g (9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) marchew oprószana groszkiem 200g (1) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) marchew oprószana z groszkiem 200g (1) kompot 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
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:2282,57kcal/ B:108,52g/ T:60,52g / Kw.tł.nas:11,49g/ W:328,37g/W tym cukier:36,33g/ sól:3,81g / Bł:58,69g /	E:2186,74kcal/ B:104,47g/ T:49,96g / Kw.tł.nas:10,37g/ W:329,43g/W tym cukier:38,15g/ sól:3,49g / Bł:54,91g	E:2035,53kcal/ B:99,67g/ T:50,44g / Kw.tł.nas:10,37g/ W:289,23g/W tym cukier:23,07g/ sól:2,37g / Bł:61,95g /	E:2574,57kcal/ B:118,52g/ T:73,52g / Kw.tł.nas:14,09g/ W:376,37g/W tym cukier:42,63g/ sól:3,81g / Bł:58,69g /

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

14.11.2024 czwartek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pulpet z ryby w sosie koperkowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g mizéria z ogórka ze śmietaną i szczypiorkiem 200g (7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Banan 100g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) sałatka jarzynowa 100g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2305,18kcal/ B:94,42g/ T:47,19g / Kw.tł.nas:12,54g/ W:362,10g/W tym cukier:100,59g/ sól:4,86g / Bł:34,49g /	E:2492,07kcal/ B:101,05g/ T:53,76g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:389,82g/W tym cukier:103,55g/ sól:3,58g / Bł:37,75g /	E:2312,83kcal/ B:96,25g/ T:54,24g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:342,62g/W tym cukier:81,47g/ sól;2,46g / Bł:44,79g /	E:2394,18kcal/ B:95,42g/ T;47,29g / Kw.tł.nas:12,54g/ W:385,10g/W tym cukier:100,59g/ sól:4,86g / Bł:34,49g /

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

