

Jadłospis za okres od dnia 15.11.2024 do dnia 24.11.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

15.11.2024 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) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g (6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połudwica sopocka drobiowa 50g(6) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
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:2159,05kcal/ B:88,20g/ T:50,00g / Kw.tł.nas:12,49g/ W:337,37g/W tym cukier:57,96g/ sól:4,47g / Bł:22,88g /	E:2184,65kcal/ B:88,84g/ T:49,52g / Kw.tł.nas:12,33g/ W:346,97g/W tym cukier:60,36g/ sól:4,15g / Bł:24,48g /	E:2065,43kcal/ B:84,04g/ T:50,00g / Kw.tł.nas:12,33g/ W:314,77g/W tym cukier:53,28g/ sól:3,03g / Bł:31,52g /	E:2353,16kcal/ B:106,83g/ T:65,25g / Kw.tł.nas:17,66g/ W:334,82g/W tym cukier:94,07g/ sól:4,62g / Bł:21,03g /

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

16.11.2024 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) ser mozzarella 60g (7) szynka drobiowa 50g (6) pomidor 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) szynka drobiowa 50g (6) 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) szynka drobiowa 50g (6) 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) szynka drobiowa 50g (6) pomidor 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 fasolowa z makaronem 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g	Zupa fasolowa z makaronem 300g (1,3,9) leczo 250g (1) ziemniaki 200g kisiel 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
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:2458,88kcal/ B:98,75g/ T:65,62g / Kw.tł.nas:17,68g/ W:338,34g/W tym cukier:57,96g/ sól:3,93g / Bł:41,28g /	E:2367,26kcal/ B:91,96g/ T:65,46g / Kw.tł.nas:19,85g/ W:324,72g/W tym cukier:60,35g/ sól:4,01g / Bł:46,07g /	E:2256,06kcal/ B:87,16g/ T:65,94g / Kw.tł.nas:19,85g/ W:294,52g/W tym cukier:55,27g/ sól:2,89g / Bł:53,11g /	E:2533,88kcal/ B:99,35g/ T:67,12g / Kw.tł.nas:17,74g/ W:356,34g/W tym cukier:57,96g/ sól:3,93g / Bł:41,28g /

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

17.11.2024 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) śledź w pomidorach 60g (4) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) humus 60g (6,11) sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g (1,3) ryż paraboliczny na sypko 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g(1,3) ryż paraboliczny na sypko 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g(1,3) ryż paraboliczny na sypko 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) kotlet z fileta z kurczaka 100g(1,3) ryż paraboliczny na sypko 200g sałata zielona ze śmietaną 250g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafelek kakaowy 40g (1,6,7)
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:2402,00kcal/ B:92,64g/ T:88,22g / Kw.tł.nas:31,28g/ W:312,98g/W tym cukier:51,50g/ sól:4,85g / Bł:24,71g /	E:2427,60kcal/ B:93,28g/ T:87,74g / Kw.tł.nas:31,12g/ W:322,58g/W tym cukier:53,90g/ sól:4,53g / Bł:26,31g /	E:2215,37kcal/ B:90,28g/ T:88,22g / Kw.tł.nas:31,27g/ W:260,38g/W tym cukier:39,77g/ sól:3,43g / Bł:33,35g /	E:2614,40kcal/ B:95,32g/ T:99,82g / Kw.tł.nas:36,48g/ W:336,98g/W tym cukier:65,10g/ sól:4,91g / Bł:26,71g /

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

18.11.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) paprykarz warzywny 60g (6) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza jęczmienna na sypko 200g (1) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2260,93kcal/ B:75,24g/ T:72,27g / Kw.tł.nas;11,28g/ W:391,62g/W tym cukier:55,59g/ sól:3,29g / Bł:41,19g /	E:2261,34kcal/ B:72,32g/ T:70,57g / Kw.tł.nas:10,78g/ W:392,32g/W tym cukier:57,64g/ sól:2,98g / Bł:29,42g /	E:2082,10kcal/ B:67,52g/ T:71,05g / Kw.tł.nas:10,78g/ W:345,12g/W tym cukier:35,56g/ sól:1,86g / Bł:36,46g /	E:2389,49kcal/ B:71,68g/ T:71,05g / Kw.tł.nas;10,94g/ W:418,72g/W tym cukier:55,24g/ sól:3,30g / Bł:27,82g /

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

19.11.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z marchwi i jabłka 200g kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem razowym 300g (1,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2133,68kcal/ B:63,33g/ T:93,87g / Kw.tł.nas:14,24g/ W:262,15g/W tym cukier:58,63g/ sól:6,32g / Bł:21,16g /	E:2418,88kcal/ B:80,98g/ T:108,46g / Kw.tł.nas:11,22g/ W:285,44g/W tym cukier:58,41g/ sól:3,76g / Bł:29,11g /	E:2239,64kcal/ B:76,18g/ T:108,94g / Kw.tł.nas:11,22g/ W:238,24g/ W tym cukier:36,33g/ sól:2,64g / Bł:36,15g /	E:2559,68kcal/ B:71,33g/ T:109,17g / Kw.tł.nas:21,84g/ W:326,65g/W tym cukier:82,33g/ sól:6,62g / Bł:22,66g /

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

20.11.2024 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) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) miód 20g ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (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 delikatesowe 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:2286,46kcal/ B:82,59g/ T:55,71g / Kw.tł.nas:9,57g/ W:362,39g/W tym cukier:100,04g/ sól:4,63g / Bł:27,43g /	E:2312,06kcal/ B:83,23g/ T:55,23g / Kw.tł.nas:9,41g/ W:371,99g/W tym cukier:102,44g sól:4,31g / Bł:29,03g /	E:2233,04kcal/ B:80,98g/ T:67,21g / Kw.tł.nas:10,16g/ W:320,69g/W tym cukier:74,71g/ sól;3,99g / Bł:38,07g /	E:2425,96kcal/ B:84,39g/ T:59,31g / Kw.tł.nas;11,97g/ W:386,99g/W tym cukier:119,54g sól;4,74g / Bł:27,43g /

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

21.11.2024 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 razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż razowy na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) ziemniaki 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z makaronem 300g (1,3,6,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) sałatka jarzynowa 200g (3,7,9) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2182,82kcal/ B:81,73g/ T:68,82g / Kw.tł.nas:9,59g/ W:309,53g/W tym cukier:65,55g/ sól:3,54g / Bł:32,26g /	E:2253,36kcal/ B:105,33g/ T:57,50g / Kw.tł.nas:10,41g/ W:331,65g/W tym cukier:65,82g/ sól:3,31g / Bł:41,09g /	E:2074,12kcal/ B:100,53g/ T:57,98g / Kw.tł.nas:10,41g/ W:284,45g/W tym cukier:43,74g/ sól:2,19g / Bł:48,13g /	E:2425,82kcal/ B:89,73g/ T:73,57g / Kw.tł.nas:9,59g/ W:334,28g/W tym cukier:65,55g/ sól:3,54g / Bł:32,26g /

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

22.11.2024 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) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka biała 50g (6) jajko gotowane 50g (3) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) bigos z kapusty kiszonej 300g (6,10) ziemniaki 200g herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata ziołowa 250g	Zupa brokułowa z makaronem 300g (1,3,7,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2070,58kcal/ B:86,05g/ T:60,81g / Kw.tł.nas:12,31g/ W:298,01g/W tym cukier:87,39g/ sól:4,69g / Bł:29,90g /	E:2214,20kcal/ B:79,45g/ T:57,53g / Kw.tł.nas:11,23g/ W:339,20g/W tym cukier:86,36g/ sól:4,40g / Bł:18,69g /	E:2012,98kcal/ B:74,25g/ T:56,41g / Kw.tł.nas:9,63g/ W:290,60g/W tym cukier:55,28g/ sól:3,08g / Bł:25,73g /	E:2380,60kcal/ B:89,61g/ T:64,46g / Kw.tł.nas:15,59g/ W:352,10g/W tym cukier:103,46g sól:4,82g/ Bł:17,09g/

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

23.11.2024 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) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) szyneczka konserwowa 50g szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) risotto z ryżem paraboliczny 350g (9) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) risotto z ryżem paraboliczny 350g (9) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) risotto z ryżem paraboliczny 350g (9) kompot 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) risotto z ryżem paraboliczny 350g (9) kompot 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (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 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2027,52kcal/ B:92,55g/ T:61,84g / Kw.tł.nas:13,39g/ W:274,75g/W tym cukier:46,13g/ sól:3,98g / Bł:43,01g /	E:2053,12kcal/ B:93,19g/ T:61,36g / Kw.tł.nas:13,23g/ W:284,35g/W tym cukier:48,53g/ sól:3,66g / Bł:44,61g	E:1901,91kcal/ B:88,39g/ T:61,84g / Kw.tł.nas:13,23g/ W:244,15g/W tym cukier:33,45g/ sól:2,54g / Bł:51,65g /	E:2150,52kcal/ B:96,75g/ T:65,59g / Kw.tł.nas:15,79g/ W:297,70g/W tym cukier:46,13g/ sól:4,13g / Bł:43,01g /

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

24.11.2024 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) ogonówka 50g (6) ser żółty 50g (7) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) paprykarz warzywny 60g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) ser żółty 50g (7) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) sos spaghetti 200g (1) makaron 150g (1,3) kisiel 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2452,41kcal/ B:86,72g/ T:65,26g / Kw.tł.nas:15,33g/ W:412,36g/W tym cukier:96,68g/ sól;5,13g / Bł:26,42g /	E:2494,11kcal/ B:81,15g/ T:62,78g / Kw.tł.nas:15,59g/ W:436,21g/W tym cukier:100,34g/ sól:5,53g / Bł:28,92g /	E:2314,83kcal/ B:76,35g/ T:63,26g / Kw.tł.nas:15,59g/ W:389,01g/W tym cukier:78,26g/ sól;4,41g / Bł:35,96g /	E:2577,41kcal/ B:91,72g/ T:65,26g / Kw.tł.nas:15,33g/ W:439,86g/W tym cukier:124,18g/ sól:5,13g / Bł:26,42g /

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

