

Jadłospis za okres od dnia 25.11.2024 do dnia 04.12.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

25.11.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) humus 60g (6,11) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 250g (1,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 250g (1,7) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g sałatka z kapusty modrej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2142,50kcal/ B:71,65g/ T:68,79g / Kw.tł.nas:23,95g/ W:316,84g/W tym cukier:56,02g/ sól:4,48g / Bł:26,53g /	E:2248,34kcal/ B:76,61g/ T:72,43g / Kw.tł.nas:26,66g/ W:332,80g/W tym cukier:58,84g/ sól:4,08g / Bł:29,02g /	E:2142,50kcal/ B:71,65g/ T:68,79g / Kw.tł.nas:23,95g/ W:316,84g/W tym cukier:56,02g/ sól:4,48g / Bł:26,53g /	E:2354,90kcal/ B:74,33g/ T:80,39g / Kw.tł.nas:29,15g/ W:340,84g/W tym cukier:69,62g/ sól:4,55g / Bł:28,53g /

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

26.11.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie;	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Makaron na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6,9) ogórek zielony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) sok z wodą 250g	Zupa ziemniaczanka 300g (1,7,9) potrawka drobiowa w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Bułka słodka 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2341,40kcal/ B:95,43g/ T:86,71g / Kw.tł.nas:10,34g/ W:357,23g/W tym cukier:61,84g/ sól:4,43g / Bł:42,89g /	E:2367,00kcal/ B:96,07g/ T:86,23g / Kw.tł.nas:10,18g/ W:366,83g/W tym cukier:64,24g/ sól:4,11g / Bł:44,49g /	E:2187,76kcal/ B:91,27g/ T:86,71g / Kw.tł.nas:10,18g/ W:319,63g/W tym cukier:42,16g/ sól:2,99g / Bł:51,53g /	E:2633,40kcal/ B:105,43g/ T:99,71g / Kw.tł.nas:12,94g/ W:405,23g/W tym cukier:68,14g sól:4,43g / Bł:42,89g /

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

27.11.2024 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 mozzarella 60g (7) szynka biała 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 biała 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 biała 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 biała 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 barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny (1,7) kasza gryczana na sypko 200g mizeria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) mizeria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) mizeria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem i ziemniakami 300g (1,3,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) mizeria z ogórka ze śmietaną 200g (7) kompot 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) buraczki z jabłkiem 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2422,39kcal/ B:89,32g/ T:92,88g / Kw.tł.nas:25,95g/ W:237,47g/W tym cukier:51,50g/ sól:4,23g / Bł:19,32g /	E:2352,45kcal/ B:94,80g/ T:88,79g / Kw.tł.nas:25,16g/ W:313,08g/W tym cukier:46,38g/ sól:3,94g / Bł:24,84g /	E:2201,24kcal/ B:90,00g/ T:89,27g / Kw.tł.nas:25,16g/ W:272,88g/W tym cukier:31,30g/ sól:2,82g / Bł:31,88g /	E:2518,85kcal/ B:104,96g/ T:95,72g / Kw.tł.nas:29,52g/ W:325,98g/W tym cukier:63,48g/ sól:4,36g / Bł:23,24g /

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

28.11.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g	Płatki owsiane na mleku 300g(1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	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) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) makaron z serem 350g (1,3,7) herbata owocowa 250g	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9,12) naleśniki z serem i marmoladą 380g (1,3,7) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) połędwica sopocka drobiowa 50g (6) ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2122,78kcal/ B:77,44g/ T:38,97g / Kw.tł.nas;8,38g/ W:363,79g/W tym cukier:82,75g/ sól;3,17g / Bł:21,78g /	E:2148,38kcal/ B:78,08g/ T:38,49g / Kw.tł.nas:8,22g/ W:373,39g/W tym cukier;85,15g/ sól:2,85g / Bł:23,38g /	E:1969,15kcal/ B:73,28g/ T:38,97g / Kw.tł.nas:8,22g/ W:326,19g/W tym cukier:63,07g/ sól:1,73g / Bł:30,42g /	E:2278,64kcal/ B:85,27g/ T:47,77g / Kw.tł.nas;9,34g/ W:374,74g/W tym cukier:99,36g/ sól:3,22g / Bł:19,93g /

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

29.11.2024 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) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (7) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (3) roszponka 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) ser capresi 50g (3) roszponka 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 z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g	Zupa z fasolką szparagową i makaronem 300g (1,3,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kompot 250g
Podwieczorek:				Jabłka 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) rzodkiewka 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2219,38kcal/ B:98,53g/ T:62,00g / Kw.tł.nas:14,89g/ W:336,25g/W tym cukier:72,29g/ sól:5,47g / Bł:30,77g /	E:2341,72kcal/ B:94,92g/ T:75,16g / Kw.tł.nas:20,65g/ W:347,95g/W tym cukier:74,97g/ sól:3,99g / Bł:33,01g /	E:2140,50kcal/ B:89,72g/ T:74,04g / Kw.tł.nas:19,05g/ W:299,35g/ W tym cukier:43,89g/ sól:2,67g / Bł:40,05g /	E:2294,38kcal/ B:99,13g/ T:63,50g / Kw.tł.nas:14,95g/ W:354,25g/W tym cukier:72,29g/ sól:5,47g / Bł:30,77g /

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

30.11.2024 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) 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) pasztet sojowy 60g (6,10) 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 jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) herbata ziołowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto 350g (9) herbata ziołowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto 350g (9) herbata ziołowa 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) herbata ziołowa 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 szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2162,54kcal/ B:79,36g/ T:69,37g / Kw.tł.nas:11,84g/ W:306,23g/W tym cukier:97,73g/ sól:5,10g / Bł:35,75g /	E:2156,58kcal/ B:80,08g/ T:57,91g / Kw.tł.nas:14,76g/ W:327,79g/W tym cukier:98,82g sól:5,20g / Bł:41,74g /	E:2086,36kcal/ B:78,36g/ T:59,77g / Kw.tł.nas:15,66g/ W:273,45g/W tym cukier:68,90g/ sól:4,68g / Bł:49,92g /	E:2302,04kcal/ B:81,16g/ T:72,97g / Kw.tł.nas:14,24g/ W:330,83g/W tym cukier:117,23g sól:5,20g / Bł:35,75g /

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

01.12.2024 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) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek kiszony 100g herbata 250g
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g	Zupa brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) gulasz wieprzowy w jarzynach 250g (1,7,9) kasza jęczmienna na sypko 200g(1) kompot 250g
Podwieczorek:				Galaretki owocowa 250g
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:2135,85kcal/ B:88,16g/ T:55,62g / Kw.tł.nas:16,54g/ W:341,92g/W tym cukier:54,82g/ sól:5,08g / Bł:46,58g /	E:2161,45kcal/ B:88,80g/ T:55,14g / Kw.tł.nas:16,38g/ W:351,52g/W tym cukier:57,22g/ sól:4,76g / Bł:48,18g /	E:1949,22kcal/ B:85,80g/ T:55,62g / Kw.tł.nas:16,53g/ W:289,32g/W tym cukier:43,09g/ sól:3,66g / Bł:55,22g /	E:2260,85kcal/ B:93,16g/ T:55,62g / Kw.tł.nas:16,54g/ W:369,42g/W tym cukier:82,32g/ sól:5,08g / Bł:46,58g /

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

02.12.2024 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 kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g sałata lodowa 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kielbasa zwyczajna smażona 100g (6,10) ziemniaki 200g surówka z kapusty kiszonej 200g kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pierogi z serem i ziemniakami 250g (1,7) jogurt naturalny 30g (7) kisiel 250g
Podwieczorek:				Kubus sok 300g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2088,43kcal/ B:87,60g/ T:57,06g / Kw.tł.nas:7,29g/ W:313,29g/W tym cukier:52,23g/ sól:3,96g / Bł:38,07g /	E:2165,83kcal/ B:73,61g/ T:49,66g / Kw.tł.nas:7,77g/ W:358,20g/W tym cukier:53,28g/ sól:3,72g / Bł:29,86g /	E:2026,61kcal/ B:68,81g/ T:50,14g / Kw.tł.nas:7,77g/ W:321,00g/W tym cukier:41,20g/ sól:2,60g / Bł:36,90g /	E:2275,23kcal/ B:74,17g/ T:50,44g / Kw.tł.nas:8,02g/ W:378,30g/W tym cukier:79,38g sól:4,04g/ Bł:31,56g/

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

03.12.2024 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 roszponka 20g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g roszponka 20g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) smalczyk z jabłka, fasolki i cebulki 50g roszponka 20g herbata 250g	Kasza jęczmienna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) dżem 40g roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa koperkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Pączek 100g (1,3)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkami 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkami 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkami 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ogonówka 50g (6) buraczki z jabłkami 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2140,28kcal/ B:70,65g/ T:61,53g / Kw.tł.nas:6,15g/ W:330,07g/W tym cukier:76,50g/ sól:3,34g / Bł:30,65g /	E:2151,56kcal/ B:71,62g/ T:54,80g / Kw.tł.nas:7,47g/ W:347,17g/W tym cukier:78,88g/ sól:3,04g / Bł:32,45g	E:2048,73kcal/ B:69,35g/ T:66,70g / Kw.tł.nas:8,22g/ W:291,47g/W tym cukier:45,35g/ sól:2,72g / Bł:41,05g /	E:2566,28kcal/ B:78,65g/ T:76,83g / Kw.tł.nas:13,75g/ W:394,57g/W tym cukier:100,20g/ sól:3,64g / Bł:32,15g /

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

04.12.2024 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 żółty 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g 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) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata zielona 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
Obiad:	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g marchew oprószana groszkiem 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g marchew oprószana groszkiem 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g marchew oprószana groszkiem 200g (1) sok z wodą 250g	Zupa krupnik z kaszy jęczmiennej i ziemniakami 300g (1,9) schab gotowany w sosie własnym 250g (1,7) ziemniaki 200g marchew oprószana groszkiem 200g (1) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Wafel ryżowy 45 dżem 20g
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:2226,80kcal/ B:103,98g/ T:58,84g / Kw.tł.nas:7,27g/ W:323,41g/W tym cukier:35,86g/ sól:4,52g / Bł:43,28g /	E:2238,90kcal/ B:106,77g/ T:55,36g / Kw.tł.nas:10,51g/ W:334,26g/W tym cukier:40,26g/ sól:4,60g / Bł:44,88g /	E:2087,68kcal/ B:101,97g/ T:55,84g / Kw.tł.nas:10,51g/ W:294,06g/W tym cukier:25,18g/ sól:3,48g / Bł:51,92g /	E:2430,05kcal/ B:108,50g/ T:60,01g / Kw.tł.nas:7,58g/ W:365,42g/W tym cukier:43,22g/ sól:4,53g / Bł:45,75g /

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

