

Jadłospis za okres od dnia 05.12.2024 do dnia 14.12.2024 roku dla diet obowiązujących w Szpitalu Wojewódzkim dla Nerwowo i Psychiczenie Chorych w Bolesławcu

05.12.2024 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) sałatka rybna 60g (4,6) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka świeża 100g herbata 250g	Ryż na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka rybna 60g (4,6) papryka świeża 100g herbata 250g
II śniadanie:	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g	Kubuś sok 300g
Obiad:	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kasza gryczana na sypko 200g surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g	Zupa pieczarkowa z ziemniakami 300g (1,6,7,9) sos mięsny 250g (1,7) kluski śląskie 350g (3) surówka z ogórka kiszzonego 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Owsianka z owocami 100g (1,7)
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:2289,98kcal/ B:69,07g/ T:66,91g / Kw.tł.nas:13,73g/ W:318,67g/W tym cukier:80,92g/ sól:4,26g / Bł:26,67g /	E:2220,05kcal/ B:74,55g/ T:62,83g / Kw.tł.nas:12,94g/ W:394,27g/W tym cukier:83,47g/ sól:3,96g / Bł:32,20g /	E:2040,82kcal/ B:69,75g/ T:63,31g / Kw.tł.nas:12,94g/ W:347,07g/W tym cukier:61,39g/ sól:2,84g / Bł:39,24g /	E:2288,45kcal/ B:75,81g/ T:65,81g / Kw.tł.nas:14,70g/ W:399,67g/W tym cukier:90,77g/ sól:4,28g / Bł:31,80g /

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

06.12.2024 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) humus 60g (6,11) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor bez skórki 100g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser mozzarella 60g (7) humus 60g (6,11) pomidor 100g kakao na mleku 300g (7)
II śniadanie:	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g	Deser owocowy 100g
Obiad:	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) kotlet z dorsza 150g (1,3,4) ziemniaki 200g sałata zielona ze śmietaną 200g (7) herbata owocowa 250g	Zupa koperkowa z makaronem 300g (1,3,7,9) śledź w sosie tatarskim 250g (3,4,7,10) ziemniaki 200g herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Budyń na mleku 250g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) polędwica sopocka drobiowa 50g (6) szczypiorek 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2198,95kcal/ B:83,77g/ T:81,56g / Kw.tł.nas:30,18g/ W:285,70g/W tym cukier:65,02g/ sól:6,04g / Bł:29,95g /	E:2456,05kcal/ B:103,50g/ T:94,90g / Kw.tł.nas:33,09g/ W:300,71g/W tym cukier:66,20g/ sól:3,53g / Bł:34,90g /	E:2336,83kcal/ B:98,70g/ T:95,38g / Kw.tł.nas:33,09g/ W:268,51g/W tym cukier:59,12g/ sól:2,41g / Bł:41,94g /	E:2322,39kcal/ B:90,41g/ T:85,94g / Kw.tł.nas:30,18g/ W:298,68g/W tym cukier:66,02g sól:6,04g / Bł:29,95g /

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

07.12.2024 sobota				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) ogórek zielony bez skórki 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (3,7,10,12) ser capresi 50g (7) ogórek zielony 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g	Jabłko 150g
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) makaron z serem 350g (1,3,7) kompot 250g
Podwieczorek:				Jogurt owocowy 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka drobiowa 50g (6) roszponka 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2492,35kcal/ B:86,91g/ T:81,70g / Kw.tł.nas:15,52g/ W:338,70g/W tym cukier:47,24g/ sól:4,28g / Bł:16,66g /	E:2437,92kcal/ B:87,55g/ T:81,22g / Kw.tł.nas:15,36g/ W:328,30g/W tym cukier:29,64g/ sól:3,96g / Bł:18,26g /	E:2366,73kcal/ B:82,75g/ T:81,70g / Kw.tł.nas:15,36g/ W:308,10g/W tym cukier:34,56g/ sól:2,84g / Bł:25,30g /	E:2615,35kcal/ B:91,11g/ T:85,45g / Kw.tł.nas:17,92g/ W:361,65g/W tym cukier:47,24g/ sól:4,43g / Bł:16,66g /

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

08.12.2024 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) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka delikatesowa 50g (6) pasztet sojowy 60g (6,10) rzodkiewka 100g herbata 250g
II śniadanie:	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)	Maślanka naturalna 200g (7)	Maślanka owocowa 200g (7)
Obiad:	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g	Zupa grysikowa z ziemniakami 300g (1,9) filet z piersi kurczaka w jarzynach 250g (1,7) ryż paraboliczny na sypko 200g herbata ziołowa 250g
Podwieczorek:				Kisiel owocowy 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta z łososia 50g (3,4,10) sałata lodowa 20g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2244,73kcal/ B:81,12g/ T:43,00g / Kw.tł.nas;9,63g/ W:390,45g/W tym cukier:vg/ sól;5,17g / Bł:32,44g /	E:2270,33kcal/ B:81,76g/ T:42,52g / Kw.tł.nas:9,47g/ W:400,05g/W tym cukier;92,17g/ sól:4,85g / Bł:34,04g /	E:2009,09kcal/ B:76,56g/ T:41,40g / Kw.tł.nas:7,87g/ W:336,45g/W tym cukier:46,09g/ sól:3,53g / Bł:41,08g /	E:2398,48kcal/ B:81,12g/ T:43,00g / Kw.tł.nas;9,63g/ W:426,45g/W tym cukier:89,77g/ sól:5,178g / Bł:32,44g /

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

09.12.2024 poniedziałek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna na mleku 300g (1,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szyneczka konserwowa 50g papryka świeża 100g herbata 250g	Kasza manna 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:	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g	Kiwi 100g
Obiad:	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) łazanki z kapusty białej 350g (1,3,6,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) łazanki z kapusty białej 350g (1,3,6,10) kompot 250g	Zupa barszcz biały z jajkiem 300g (1,3,7,9) fasolka po bretońsku 350g (1,6,10) kompot 250g
Podwieczorek:				Wafle kakaowe 40g (1,6,7)
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:2078,03kcal/ B:75,72g/ T:69,72g / Kw.tł.nas:9,54g/ W:291,81g/W tym cukier:59,82g/ sól:3,96g / Bł:26,58g /	E:2175,78kcal/ B:72,79g/ T:60,46g / Kw.tł.nas:9,185g/ W:347,36g/W tym cukier:64,00g/ sól:3,57g / Bł:35,55g /	E:1996,55kcal/ B:67,99g/ T:60,94g / Kw.tł.nas:9,18g/ W:300,16g/ W tym cukier:41,92g/ sól:2,45g / Bł:42,59g /	E:2290,43kcal/ B:78,40g/ T:81,32g / Kw.tł.nas:14,74g/ W:315,81g/W tym cukier:73,42g/ sól:4,03g / Bł:28,58g /

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

10.12.2024 wtorek				
Poszczególne diety	Dieta podstawowa	Dieta łatwostrawna	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów i nasyconych kw. tłuszczowych	Dieta na oddział dzieci i młodzieży
Śniadanie:	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Makaron razowy na mleku 300g (1,3,7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) jajko gotowane 50g (3) pomidor 100g herbata 250g
II śniadanie:	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g	Gruszka 150g
Obiad:	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) pulpety wieprzowe w sosie koperkowym 250g (1,3,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 250g	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) kotlet mielony 100g (1,3) ziemniaki 200g surówka z kapusty pekińskiej 200g (12) kisiel 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) sałata zielona 50g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasta drobiowa z warzywami 200g (9) sałata zielona 50g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2098,16kcal/ B:82,68g/ T:60,45g / Kw.tł.nas:10,24g/ W:311,93g/W tym cukier:58,42g/ sól:2,74g / Bł:41,51g /	E:2204,00kcal/ B:87,64g/ T:64,09g / Kw.tł.nas:12,95g/ W:327,90g/W tym cukier:61,24g sól:2,34g / Bł:44,00g /	E:2024,77cal/ B:82,84g/ T:64,57g / Kw.tł.nas:12,95g/ W:280,70g/W tym cukier:39,16g/ sól;1,22g / Bł:51,04g /	E:2390,16kcal/ B:92,68g/ T:73,45g / Kw.tł.nas;12,84g/ W:359,93g/W tym cukier:64,72g sól;2,74g / Bł:41,51g /

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

11.12.2024 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) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50 (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) serek wiejski 100g (7) ogonówka 50g (6) szczypiorek 50g 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 brokułowa z ziemniakami 300g (1,7,9) łazanki z kapusty kiszonej 350g (1,3,6,10) 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:				Galaretki owocowa 250g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) parówki delikatesowe 100g (6) ketchup 20g ogórek kiszony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2243,54kcal/ B:97,13g/ T:69,23g / Kw.tł.nas:16,17g/ W:307,38g/W tym cukier:61,77g/ sól:6,14g / Bł:28,48g /	E:2168,87kcal/ B:87,57g/ T:67,41g / Kw.tł.nas:16,76g/ W:301,63g/W tym cukier:49,66g/ sól:5,44g / Bł:25,01g /	E:2017,65kcal/ B:82,77g/ T:67,89g / Kw.tł.nas:16,76g/ W:261,43g/W tym cukier:34,58g/ sól:4,32g / Bł:32,05g /	E:2268,27kcal/ B:91,93g/ T:67,89g / Kw.tł.nas:16,92g/ W:319,53g/W tym cukier:74,76g/ sól:5,76g / Bł:23,41g /

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

12.12.2024 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) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g	Płatki kukurydziane na mleku 300g (7) chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) pasztet drobiowy 50g (6,7,9) roszponka 20g herbata 250g
II śniadanie:	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g	Banan 100g
Obiad:	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa jarzynowa z ziemniakami 300g (1,7,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) makaron z twarogiem i szpinakiem 250g (1,3,7) sok z wodą 250g
Podwieczorek:				Serek homogenizowany 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek zielony 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek zielony bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) śledź w pomidorach 60g (4) ogórek zielony 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2187,87kcal/ B:73,98g/ T:59,77g / Kw.tł.nas:8,65g/ W:339,12g/W tym cukier:51,88g/ sól:4,68g / Bł:22,95g /	E:2231,48kcal/ B:77,16g/ T:53,53g / Kw.tł.nas:10,01g/ W:361,52g/W tym cukier:55,21g/ sól:4,77g / Bł:30,31g /	E:2052,25kcal/ B:72,36g/ T:54,01g / Kw.tł.nas:10,01g/ W:314,32g/W tym cukier:33,13g/ sól:3,65g / Bł:37,35g /	E:2379,87kcal/ B:84,78g/ T:66,22g / Kw.tł.nas:12,85g/ W:361,62g/W tym cukier:71,38g sól:4,79g/ Bł:22,95g/

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

13.12.2024 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 żółty 5g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) twarożek kanapkowy 50g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser żółty 5g (7) paprykarz warzywny 60g (6) sałata lodowa 20g kakao na mleku 300g (7)
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) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) pulpety z dorsza w sosie pomidorowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) pulpety z dorsza w sosie pomidorowym 250g (1,3,4,7) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g	Zupa z fasolki szparagowej z ziemniakami 300g (1,7,9) dorsz smażony panierowany 150g (1,3,4) ziemniaki 200g surówka z kapusty białej i marchewki 200g kompot 250g
Podwieczorek:				Deser mleczny-pudding 150g (7)
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1,3,6,7,9,10) herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1,3,6,7,9,10) herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1,3,6,7,9,10) herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) sałatka z makaronem razowym, wędliną i warzywami 100g (1,3,6,7,9,10) herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2278,28kcal/ B:94,99g/ T:66,27g / Kw.tł.nas:9,42g/ W:322,12g/W tym cukier:69,23g/ sól:5,34g / Bł:48,20g /	E:2449,52kcal/ B:97,57g/ T:67,37g / Kw.tł.nas:14,08g/ W:361,27g/W tym cukier:84,54g/ sól:4,53g / Bł:50,67g	E:2330,30kcal/ B:92,77g/ T:67,85g / Kw.tł.nas:14,08g/ W:329,07g/W tym cukier:77,46g/ sól:3,41g / Bł:57,71g /	E:2417,78kcal/ B:96,79g/ T:69,87g / Kw.tł.nas:11,82g/ W:346,72g/W tym cukier:88,73g/ sól:5,44g / Bł:48,20g /

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

14.12.2024 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) szynka wędzona 50g (6) miód 20g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) miód 20g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) smalczyk z fasolki, jabłka i cebulki 50g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) szynka wędzona 50g (6) miód 20g rzodkiewka 100g kawa zbożowa z mlekiem 250g (1,7)
II śniadanie:	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)	Jogurt naturalny 150g (7)	Jogurt owocowy 150g (7)
Obiad:	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) risotto z ryżem parabolicznym 350g (9) herbata owocowa 250g
Podwieczorek:				Jabłko 150g
Kolacja:	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidor 100g herbata 250g	Bułka pszenna 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb razowy 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidor bez skórki 100g herbata 250g	Chleb pszenno-żytni 80g (1) masło extra 82% tł. 20g (7) ser capresi 50g (7) pomidor 100g herbata 250g
Wartości odżywcze/doba	E:2211,65kcal/ B:80,43g/ T:66,25g / Kw.tł.nas:17,49g/ W:372,83g/W tym cukier:69,22g/ sól:4,90g / Bł:38,70g /	E:2225,25kcal/ B:81,07g/ T:65,77g / Kw.tł.nas:17,33g/ W:379,43g/W tym cukier:68,62g/ sól:4,58g / Bł:40,30g /	E:2125,23kcal/ B:80,625g/ T:77,75g / Kw.tł.nas:18,23g/ W:316,13g/W tym cukier:51,84/ sól:4,27g / Bł:49,34g /	E:2286,65kcal/ B:81,03g/ T:67,757g / Kw.tł.nas:17,55g/ W:390,83g/W tym cukier:69,22g/ sól:4,90g / Bł:38,70g /

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

