

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Wtorek, 21 listopada										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kca 1	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% 60g Ser topiony 50g Papryka 80g Sałata 1 liść 5g Herbata z cukrem 250ml	247 261 116 85 66 20 1 20	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g Pasta warzywna 50g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata z cukrem 250ml	247 263 116 85 66 17 1 20	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g Pasta warzywna 50g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata z cukrem 250ml	247 263 116 116 85 66 66 17 1 20	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 60g Pasta warzywna 50g Papryka 80g Sałata 1 liść /5g Herbata bez cukru 250ml	247 221 116 85 66 20 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	645 20
II śniadanie	Banan 1szt.	110	Banan 1 szt/150g	110	Banan 1 szt/150g	110	Gruszka 1 szt 200g	85		
Obiad	Barszcz czerwony z fasolą (*7,*9) 400ml Pierogi ruskie z cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	274 545 60 50	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7,*9) 400ml Pierogi ruskie z masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem (*7) 100g Kompot owocowy 250ml	223 545 65 50	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7,*9) 400ml Pierogi ruskie z masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana z masłem (*7) 100g Kompot owocowy 250ml	223 545 65 50	Barszcz czerwony z fasolą (*7,*9) 400ml Pierogi ruskie z masłem (*1*3*7)6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy b/c 250ml	274 545 60 18	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	689 50
Kolacja	Pasta ryбно- jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 80g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	96 10 261 116 20	Pasta ryбно-jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 80g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	112 10 263 116 20	Pasta ryбно-jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 80g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	112 10 263 116 112	Pasta ryбно-jajeczna z łososiem i koperkiem (*4*3) 80g Pomidor 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	112 10 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	455 20
Noctny	Serek wiejski *7 150g	142	Serek wiejski *7 150g	142	Serek wiejski *7 150g	142	Serek wiejski *7 150g	142		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2490 Białko ogółem [g]: 115,76 Tłuszcz[g]: 85,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 319,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 32,03 Sól [g]: 3,76		Wartość energet. [kcal] 2445 Białko ogółem [g]: 110,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 328,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sól [g]: 3,12		Wartość energet. [kcal] 2445 Białko ogółem [g]: 110,02 Tłuszcz[g]: 71,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 328,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 25,03 Sól [g]: 3,12		Wartość energet. [kcal] 2362 Białko ogółem [g]: 112,66 Tłuszcz[g]: 72,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 302,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 36,09 Sól [g]:2,99		Wartość energet. [kcal] 1879 Białko ogółem [g] 78,65 Tłuszcz[g] 53,98 w tym nasycone [g] 19,43 Węglowodany ogółem [g]280,99 W tym cukry [g] 30,98 Błonnik[g] 22,65 Sól [g] 3,12	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Środa, 22 listopada 2023										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7)70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	263 89 40 17 261 116 20	Płatki jęczmienne mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	263 80 40 17 1 263 116 20	Płatki jęczmienne na mleku (*7+1)350ml Pasta twarogowa z zieleniną (*7)70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	263 80 40 17 1 263 116 20	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*7)70g Szynka drobiowa z kurcząt (*9*10) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	263 89 29 17 1 221 116	Płatki jęczmienne (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	605 20
II śniadanie	Jabłko 1szt./150g	75	Jabłko pieczone 1szt./150g	75	Jabłko pieczone 1szt./150g	75	Jabłko 1szt./150g	75		
Obiad	Zupa szpinakowa z lanym ciastem (*1*3*7*9)400ml Pulpety mięsno-ryżowe drobiowo-wieprzowe w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty, marchewki z koperkiem(*7) 100g Kompot owocowy 250ml	228 286 142 77 50	Zupa szpinakowa z lanym ciastem (*1*3*7*9)400ml Pulpety mięsno-ryżowe z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml Ziemniaki 200g Cukinia gotowana z masłem(*7) 100g Kompot owocowy 250ml	228 286 142 65 50	Zupa szpinakowa z lanym ciastem (*1*3*7*9)400ml Pulpety mięsno-ryżowe z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7) 100g/30ml Ziemniaki 200g Cukinia gotowana z masłem (*1*7)100g Kompot owocowy 250ml	228 286 142 65 50	Zupa szpinakowa z ziemniakami (*7*9)400ml Pulpety ryżowe z mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym (*7) 100g/30ml Ziemniaki 200g Surówka z białej kapusty i marchewki z koperkiem(*7) 100g Kompot owocowy b/c 250ml	212 286 142 77 18	Zupa szpinakowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	668 50
Kolacja	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g Rzodkiew biała tarta 70g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	62 9 261 116 20	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g Cukinia gotowana 70g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	62 9 263 116 20	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g Cukinia gotowana 70g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	62 9 116 20	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 60g Rzodkiew biała tarta 70g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	62 9 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	514 20
Nocny	Kanapka z jajkiem i sałatą (*7*1) 1szt.	123	Kanapka z jajkiem i sałatą (*7*1) 1szt.	123	Kanapka z twarożkiem i sałatą (*7*1) 1szt.	119	Kanapka z jajkiem i sałatą (*7*1) 1szt.	123		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2322 Białko ogółem [g]107,23 Tłuszcz[g] 81,23 w tym nasycone [g] 32,12 Węglowodany ogółem [g] 335,67 W tym cukry [g] 54,12 Błonnik[g] 39,12 Sól [g] 4,02	Wartość energet. [kcal] 2303 Białko ogółem [g] 98,65 Tłuszcz[g] 69,12 w tym nasycone [g] 26,43 Węglowodany ogółem [g]320,12 W tym cukry [g] 56,98 Błonnik[g] 28,65 Sól [g] 3,76	Wartość energet. [kcal] 2303 Białko ogółem [g] 98,65 Tłuszcz[g] 69,12 w tym nasycone [g] 26,43 Węglowodany ogółem [g]320,12 W tym cukry [g] 56,98 Błonnik[g] 28,65 Sól [g] 3,76	Wartość energet. [kcal] 2185 Białko ogółem [g] 89,34 Tłuszcz[g] 62,65 w tym nasycone [g] 25,89 Węglowodany ogółem [g] 315,46 W tym cukry [g] 42,98 Błonnik[g] 42,98 Sól [g] 3,98	Wartość energet. [kcal] 1877 Białko ogółem [g] 80,65 Tłuszcz[g] 50,98 w tym nasycone [g] 19,43 Węglowodany ogółem [g]280,99 W tym cukry [g] 30,98 Błonnik[g] 22,65 Sól [g] 3,12
-------------------	---	--	--	---	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Czwartek, 23 listopada 2023											
	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal	
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7) 350ml Paszтет zapiekany drobiowy (*1*3*9+7+6) 70g Ser żółty (*7) 30g Pomidor 100g Sałata 1 liść Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	255 156 70 19 1 261 116 20	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Pasta warzywno-drobiowa (*9) 70g Miód porcjowany 15g Pomidor 100g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	255 110 40 19 1 263 116 20	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Pasta warzywno-drobiowa (*9) 70g Miód porcjowany 15g Pomidor 100g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	255 110 40 19 1 263 116 20	Płatki jaglane na mleku (*7)350ml Pasta warzywno-drobiowa (*9) 70g Ser żółty (87) 30g Pomidor 100g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 110 70 19 1 221 116	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	605 20	
II śniadanie	Pomarańcza 150g	112	Mus owocowy 100ml	54	Mus owocowy 100ml	54	Pomarańcza 150g	112			
Obiad	Zupa fasolowa z ziemniakami (*9) 400ml Bitki drobiowe w sosie koperkowym (*1*7) 100g/50ml Kasza bulgur (*1) 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot wieloowocowy 250ml	283 221 218 71 50	Zupa ziemniaczana (*7*9) 400ml Bitki drobiowe w sosie koperkowym (*1*7) 100g/50ml Kasza jęczmienna 200g Buraczki tarte z olejem rzepkaowym 100g Kompot wieloowocowy 250ml	178 221 218 71 50	Zupa ziemniaczana (*7*9) 400ml Bitki drobiowe w sosie koperkowym (*1*7) 100g/50ml Kasza jęczmienna 200g Buraczki tarte z olejem rzepkaowym 100g Kompot wieloowocowy 250ml	178 221 218 71 50	Zupa fasolowa z ziemniakami (*9) 400ml Bitki drobiowe w sosie koperkowym (*1*7) 100g/50ml Kasza bulgur (*1) 100g Surówka z buraka i jabłka 100g Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml	283 221 218 40 18	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	668 50	
Kolacja	Szynka delikatesowa z kurcząt 60g Twarożek naturalny z zieleciną (*7) 30g Pomidor 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	59 42 10 261 116 20	Szynka delikatesowa z kurcząt 60g Twarożek naturalny z zieleciną (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	59 42 10 263 116 20	Szynka delikatesowa z kurcząt 60g Twarożek naturalny z zieleciną (*7) 30g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	59 42 10 263 116 20	Szynka delikatesowa z kurcząt 60g Twarożek naturalny z zieleciną (*7) 30g Pomidor 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 42 10 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruska, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511 20	
Nocny	Sałátka ryżowa z kurczakiem i warzywami 150g	161	Sałátka ryżowa z kurczakiem i warzywami 150g	161	Sałátka ryżowa z kurczakiem i warzywami 150g	161	Sałátka ryżowa z brązowego ryżu z kurczakiem i warzywami 150g	161			

WARTOŚCI ODŻYWCZE					
	Wartość energet. [kcal] 2551 Białko ogółem [g]: 119,26 Tłuszcz[g]: 71,04 W tym tłuszcze nasycone[g]: 27,03 Węglowodany ogółem[g]: 356,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sól [g]: 3,93	Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 110,54 Tłuszcz[g]: 69,02 W tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 321,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 3,3	Wartość energet. [kcal] 2395 Białko ogółem [g]: 110,54 Tłuszcz[g]: 69,02 W tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 321,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 3,3	Wartość energet. [kcal] 2304 Białko ogółem [g]: 105,66 Tłuszcz[g]: 69,12 W tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 302,82 w tym cukry[g]:47,23 Błonnik[g]: 36,09 Sól [g]:3,766	Wartość energet. [kcal] 1874 Białko ogółem [g] 80,86 Tłuszcz[g] 50,12 w tym nasycone [g] 16,11 Węglowodany ogółem [g] 281,23 W tym cukry [g] 31,6 Błonnik[g] 20,99 Sól [g] 2,33

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Piątek, 24 listopada 2023										
	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
I śniadanie	Ryż na mleku (*7)50ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Papryka 80g Sałata 1 liść/5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	255 112 40 20 1 261 116 20	Ryż na mleku (*7)350ml (*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	255 102 19 19 1 263 116 20	Ryż na mleku (*7)350ml (*7+1)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	255 92 19 19 1 263 116 20	Ryż brązowy na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Papryka 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 112 19 20 1 221 116	Ryz na mleku (*1*3*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589 20
II śniadanie	Gruszka 150g	85	Banan 120g	110	Banan 120g	110	Gruszka 150g	85		
Obiad	Krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki (*1*7*9) 400ml Kotlet z mintaja panierowany (*1*3*4) 90g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	265 285 142 60 50	Krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki (*1*7*9) 400ml Pulpet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 90g Ziemniaki 200g Marchew gotowana z masłem (*7) 100g Kompot owocowy 250ml	265 242 142 65 50	Krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki (*1*7*9) 400ml Pulpet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 90g Ziemniaki 200g Marchew gotowana z masłem (*7) 100g Kompot owocowy 250ml	265 242 142 65 50	Krupnik z kaszą jęczmienną i natką pietruszki (*1*7*9) 400ml Pulpet z mintaja parowany z masłem i koperkiem (*4*7) 90g Ziemniaki 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy b/c 250ml	265 242 142 60 18	Krupnik (*1*7*9) , ziemniaki, ryba na parze(*4), szpinak, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	687 50
Kolacja	Sałatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 120g Wędlina drobiowa z kurcząt (+9+10) 1 plaster/20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	135 19 6 261 116 20	Sałatka jarzynowa z jogurtem (*3* 7*9) 120g Wędlina drobiowa z kurcząt (+9+10) 1 plaster/20g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	120 19 8 263 116 20	Sałatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 120g Wędlina drobiowa z kurcząt (+9+10) 1 plaster/20g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	120 19 8 263 116 20	Sałatka jarzynowa z jogurtem (*3*7*9) 120g Wędlina drobiowa z kurcząt (+9+10) 1 plaster/20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c250ml	135 19 6 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511 20
Nocny	Kanapka z masłem, twarogiem i sałatą (*1*7)	123	Kanapka z masłem, twarogiem i sałatą (*1*7)	123	Kanapka z masłem, twarogiem i sałatą (*1*7)	123	Kanapka z masłem, twarogiem i sałatą (*1*7)	123		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2341 Białko ogółem [g]: 105,02 Tłuszcz[g]: 70,98 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 317,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2222 Białko ogółem [g]: 101,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 319,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2212 Białko ogółem [g]: 99,04 Tłuszcz[g]: 62,52 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,02 Węglowodany ogółem[g]: 317,49 w tym cukry[g]: 50,23 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2125 Białko ogółem [g]: 92,63 Tłuszcz[g]: 64,122 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,03 Węglowodany ogółem[g]: 300,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal] 1877 Białko ogółem [g] 80,65 Tłuszcz[g] 50,98 w tym nasycone [g] 19,43 Węglowodany ogółem [g]280,99 W tym cukry [g] 30,98 Błonnik[g] 22,65 Sól [g] 3,12
--------------------------	---	---	--	--	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Sobota, 25 listopada 2023										
	Dieta podstawowa(1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml	2545	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jaglana na mleku (*7)350ml	245	Kasza jaglana na mleku 350ml	589
	Polędwica sopocka (*6+1+9+10+11) 60g	105	Polędwica sopocka (*6+1+9+10+11) 60g	105	Polędwica sopocka (*6+1+9+10+11) 60g	105	Polędwica sopocka (*6+1+9+10+11) 60g	105	mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	
	Pasta warzywna z pieczonych warzyw (*9)50g	42	Pasta warzywna z pieczonych warzyw (*9)50g	42	Pasta warzywna z pieczonych warzyw (*9)50g	42	Pasta warzywna z pieczonych warzyw (*9)50g	42		
	Papryka 80g	20	Cukinia gotowana 80g	14	Cukinia gotowana 80g	14	Papryka 80g	20		
	Sałata 1 liść/5g	1	Sałata 1 liść 5g	1	Sałata 1 liść 5g	1	Sałata 1 liść	1	Herbata z cukrem 250ml	20
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata b/c 250ml			
	Herbata z cukrem 250ml									
II śniadanie	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Banan 150g	110	Jabłko 150g	45		
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami (*9)400ml	242	Zupa ziemniaczana (*7,*9)400ml	186	Zupa ziemniaczana (*7,*9)400ml	186	Kapuśniak z ziemniakami (*9) 400ml	242	Zupa ziemniaczana (*7,*9), ziemniaki, Mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	689
	Wątróbka drobiowa z cebulką (*1) 150g	294	Gulasz drobiowy w sosie warzywnym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie warzywnym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie warzywnym (*1*7*9) 150g	201		
	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218		
	Sałotka szwedzka 100g	38	Szpinak gotowany z masłem (*7) 100g	71	Szpinak gotowany z masłem (*7) 100g	71	Sałotka szwedzka 150g	38		
	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml	18	Kompot wieloowocowy 250m	51
Kolacja	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g	90	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g	90	Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 50g	73	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 50g	90	Morszczuk, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	455
	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Miód porcjowany 15g	40	Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 30g	31		
	Pomidor 50g	14	Pomidor 50g	14	Miód porcjowany 15g	40	Pomidor 50g	14		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Pomidor 50g	14	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116		
	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Herbata bez cukru 250ml		Herbata 250ml	20
Nocny	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142	Serek wiejski (*7) 150g	142		

WARTOŚCI ODŻYWCZE					
	Wartość energet. [kcal] 2490	Wartość energet. [kcal] 2372	Wartość energet. [kcal]2372	Wartość energet. [kcal] 2126	Wartość energet. [kcal] 1823
	Białko ogółem [g] 118,87	Białko ogółem [g] 109,54	Białko ogółem [g] 109,54	Białko ogółem [g] 94,53	Białko ogółem [g] 79,23
	Tłuszcz[g] 83,12	Tłuszcz[g] 75,75	Tłuszcz[g] 75,75	Tłuszcz[g] 66,96	Tłuszcz[g] 49,98
	w tym nasycone [g] 30,12	w tym nasycone [g] 22,76	w tym nasycone [g] 22,76	w tym nasycone [g] 23,12	w tym nasycone [g] 18,23
	Węglowodany ogółem [g] 320,43	Węglowodany ogółem [g] 315,75	Węglowodany ogółem [g] 315,75	Węglowodany ogółem [g] 298,55	Węglowodany ogółem [g] 290,12
	W tym cukry [g] 58,12	W tym cukry [g] 59,23	W tym cukry [g] 59,23	W tym cukry [g] 43,23	W tym cukry [g]42,12
	Błonnik[g] 45,65	Błonnik[g] 35,03	Błonnik[g] 32,03	Błonnik[g] 39,30	Błonnik[g] 29,12
	Sól [g] 4,56	Sól [g] 4,11	Sól [g] 4,11	Sól [g] 4,21	Sól [g] 2,98

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Niedziela, 26 listopada 2023										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Kasza manna na mleku (*1*7) 400ml	245	Płatki owsiane na mleku (*1*7) 400ml	247	Kasza manna na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	563
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Jajecznica (*3) 100g	211	Jajecznica na parze (*3) 100g	202	Jajecznica z białek jaj na parze (*3) 100g	76	Jajecznica na parze (*3) 100g	211		
	Szynka drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Szynka drobiowa(+6+9+10) 30g	29	Szynka drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Szynka drobiowa(+6+9+10) 30g	29	Herbata 250ml	20
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1		
	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata bez cukru 250ml			
Mandarynka 1szt./100g	45	Mandarynka 1szt./100g	45	Mandarynka 1szt./100g	45	Mandarynka 1szt./100g	45			
II śniadanie	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Ciasto drożdżowe(*1*3*7+6) 50g	126	Pomarańcza 1szt./200g	105		
Obiad	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	186	Rosół z makaronem (*1*3*9) 500ml	186	Rosół z makaronem razowym (*1*3*9) 500ml	178	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	668
	Kotlet drobiowy panierowany (*1*3) 100g	311	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g	189	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g	189	Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g	189		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Surówka z białej kapusty olejem z marchewką i kukurydzą rzepakowym 100g	77	Włoszczyzna na gęsto słupki (*1*7) 100g	62	Włoszczyzna na gęsto słupki (*1*7) 100g	62	Surówka z białej kapusty z olejem rzepakowym 100g	77		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy bez cukru 250ml	18	Kompot wieloowocowy 250ml	51
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g	174	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Twarożek z koperkiem (*7) 60g	86	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Szynka drobiowa (*6+7+9) 30g	29		
	Ogórek 100g	14	Cukinia gotowana 100g	12	Cukinia gotowana 100g	12	ogórek 100g	14		
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g	116		
	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata z cukrem 250ml	20	Herbata b/c 250ml			
Nocny	Jogurt z owocami (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90	Jogurt naturalny (*7) 150g	90		
	Słonecznik 10g(*8)	54			Słonecznik (*8) 10g	54	Słonecznik (*8) 10g	54		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2552 Białko ogółem [g]: 112,26 Tłuszcz[g]: 88,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 28,03 Węglowodany ogółem[g]: 321,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sól [g]: 4,93	Wartość energet. [kcal] 2320 Białko ogółem [g]: 102,54 Tłuszcz[g]: 70,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 322,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal]2194 Białko ogółem [g] 100,23 Tłuszcz[g] 65.12 w tym nasycone [g] 14,234 Węglowodany ogółem [g] 312,08 W tym cukry [g] 49,98 Błonnik[g] 19,24 Sól [g] 4,01	Wartość energet. [kcal] 2164 Białko ogółem [g]: 103,34 Tłuszcz[g]:69,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 293,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:36,78 Sól [g]: 4,24	Wartość energet. [kcal] 1852 Białko ogółem [g] 78,65 Tłuszcz[g] 53,98 w tym nasycone [g] 19,43 Węglowodany ogółem [g]280,99 W tym cukry [g] 30,98 Błonnik[g] 22,65 Sól [g] 3,12

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Poniedziałek, 27 listopada 2023										
	Dieta podstawowa	Kcal	Dieta lekkostrawna	Kcal	Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kcal	Dieta papkowata	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (+1*7)350ml Szynka rubinowa wieprzowa (*9) 60g Jajko 1szt./50g (*3) Papryka 80g Sałata 1 liść/5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	247 62 70 14 20 1 261 116 20	Płatki owsiane na mleku(+1*7) 350ml Szynka rubinowa wieprzowa (*9) 60g Jajko (*3) 1szt./50g Cukinia gotowana 80g Sałata 1 liść 5g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	247 62 70 14 1 263 116 20	Płatki owsiane na mleku(*7+1) 350ml Szynka rubinowa wieprzowa (*9) 60g Plaster twarogu (*7) 30g Cukinia gotowana 80g Sałata 1 liść 5g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	247 62 42 14 1 263 116 20	Płatki owsiane na mleku (+1*7)350ml Szynka rubinowa wieprzowa (*9) 60g Jajko 1szt./50g (*3) Papryka 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 62 70 20 1 221 116	Płatki owsiane na mleku 350ml (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	489 20
II śniadanie	Mandarynka 150g	45	Mus owocowy 100%/ 100g	54	Mus owocowy 100%/ 100g	54	Mnadarynka 150g	45		
Obiad	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 220g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 100g Kompot wieloowocowy 250ml	235 231 260 77 50	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 220g Marchew z masłem (*7) 100g Kompot wieloowocowy 250ml	235 231 260 65 50	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 200g Marchew z masłem (*7) 100g Kompot wieloowocowy 250ml	235 231 260 65 50	Zupa jarzynowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż brązowy 200g Surówka z czerwonej kapusty z olejem rzepakowym 100g Kompot b/c 250ml	235 231 236 77 18	Zupa jarzynowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe parowane, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250m	689 50
Kolacja	Sałatka makaronowa z serem,natką pietruszki fasolą i warzywami (*1*3*6*7+9+10)120g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	165 7 261 116 20	Sałatka makaronowa z szynką,natką pietruszki i marchewką(*1*3*6*7+9+10) 120g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	145 7 263 116 20	Sałatka makaronowa z szynką,natką pietruszki i marchewką(*1*3*6*7+9+10) 20g Cukinia gotowana 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	145 7 263 116 20	Sałatka z makaronu razowego z serem,natką pietruszki, fasolą i warzywami (*1*3*6*7+9+10) 120g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe 82%(*7) 20g Herbata b/c250ml	162 7 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511 20
Noenry	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2317 Białko ogółem [g] 109,54 Tłuszcz[g] 75,42 w tym nasycone [g] 23,11 Węglowodany ogółem [g] 319,02 W tym cukry [g] 50,11 Błonnik[g] 35,92 Sól [g] 5,001	Wartość energet. [kcal] 2295 Białko ogółem [g] 102,84 Tłuszcz[g] 66,40 w tym nasycone [g] 20,12 Węglowodany ogółem [g] 322,98 W tym cukry [g] 52,65 Błonnik[g] 28,923 Sól [g] 4,47	Wartość energet. [kcal]2267 Białko ogółem [g] 99,12 Tłuszcz[g] 62,21 w tym nasycone [g] 22,54 Węglowodany ogółem [g] 302,76 W tym cukry [g] 47,55 Błonnik[g] 27,52 Sól [g] 4,34	Wartość energet. [kcal] 2197 Białko ogółem [g] 98,66 Tłuszcz[g] 62,72 w tym nasycone [g] 22,09 Węglowodany ogółem [g] 302,16 W tym cukry [g] 41,09 Błonnik[g] 38,989 Sól [g] 4,65	Wartość energet. [kcal] 1879 Białko ogółem [g] 83,66 Tłuszcz[g] 51,72 w tym nasycone [g] 12,09 Węglowodany ogółem [g] 287,16 W tym cukry [g] 21,09 Błonnik[g] 22,13 Sól [g] 2,12
-------------------	---	---	--	--	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen; (+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Wtorek, 28 listopada 2023										
	Dieta podstawowa	Kcal	Dieta lekkostrawna	Kcal	Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kcal	Dieta papkowata	Kcal
Śniadanie	Płatki jaglane na mleku (*7+1) 350ml Pasta rybna z łososiem (*4*7)60g Szynka delikatesowa z kurcząt (+9+10) 30g Ogórek zielony 80g Sałata 1 liść /5g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	245 82 29 14 1 261 116 20	Płatki jaglane na mleku (*7+1) 350ml Pasta rybna z łososiem (*4*7)60g Szynka delikatesowa z kurcząt (+9+10) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	245 82 29 19 1 263 116 20	Płatki jaglane na mleku (*7+1) 350ml Pasta rybna z łososiem (*4*7)60g Szynka delikatesowa z kurcząt (+9+10) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	245 62 29 19 1 263 116 20	Płatki jaglane na mleku (*7+1) 350ml Pasta rybna z łososiem (*4*7)60g Szynka delikatesowa z kurcząt (+9+10) 30g Ogórek zielony 80g Sałata 1 liść /5g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	245 82 29 14 1 221 116	Płatki JAGLANE na mleku (*7) 350ml, mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	644 20
II śniadanie	Pomarańcza 200g	112	Jabłko pieczone 150g	75	Jabłko pieczone 150g	75	Pomarańcza 200g	112		
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (*1*3*7*9) 500ml Kotlet mielony drobiowowieprzowy (*1*3*7) 100g Ziemniaki 200g Buraczki z jabłkiem 100g Kompot owocowy 250ml	265 334 142 40 50	Zupa pomidorowa z makaronem (*1*3*7*9) 500ml Pulpet drobiowowieprzowy w sosie koperkowym (*1*3*7) 100g/30ml Ziemniaki 200g Buraczki z jabłkiem 100g Kompot owocowy 250ml	265 245 142 40 50	Zupa pomidorowa z makaronem (*1*3*7*9) 500ml Pulpet drobiowowieprzowy w sosie koperkowym (*1*3*7) 100g/30ml Ziemniaki 200g Buraczki z jabłkiem 100g Kompot owocowy 250ml	265 245 142 40 50	Zupa pomidorowa z makaronem brązowym (*1*3*7*9)500ml Pulpet drobiowowieprzowy w sosie koperkowym (*1*3*7) 100g/30ml Ziemniaki 200g Buraczki z jabłkiem 100g Kompot owocowy bez cukru 250ml	245 245 142 40 18	Zupa pomidorowa (*1,*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowowieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	654 50
Kolacja	Szynka rubinowa 60g (*9) Miód 15g Papryka 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	62 40 16 261 116 20	Szynka rubinowa 60g (*9) Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	62 40 10 263 116 20	Szynka rubinowa 60g (*9) Miód 15g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	62 40 10 263 116 20	Szynka rubinowa 60g (*9) Ogórek 20 g Papryka 80g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	62 3 20 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	455 20
Nocny	Jogurt z owocami 150g *7	135	Jogurt z owocami 150g *7	135	Jogurt z owocami 150g *7	135	Jogurt naturalny 150g *7	90		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2359 Białko ogółem [g]: 112,76 Tłuszcz[g]: 85,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 316,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 32,03 Sól [g]: 4,76	Wartość energet. [kcal] 2222 Białko ogółem [g]: 102,65 Tłuszcz[g]: 71,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 307,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 25,72 Sól [g]: 4,12	Wartość energet. [kcal]2202 Białko ogółem [g]: 99,12 Tłuszcz[g]: 68,14 w tym tłuszcze nasycone[g]: 18,99 Węglowodany ogółem[g]: 307,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 25,72 Sól [g]: 4,12	Wartość energet. [kcal] 2065 Białko ogółem [g]: 95,34 Tłuszcz[g]: 62,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,04 Węglowodany ogółem[g]: 290,67 w tym cukry[g]:30,34 Błonnik[g]:32,78 Sól [g]: 4,02	Wartość energet. [kcal] 1874 Białko ogółem [g] 83,66 Tłuszcz[g] 50,72 w tym nasycone [g] 12,09 Węglowodany ogółem [g] 287,16 W tym cukry [g] 21,09 Błonnik[g] 22,13 Sól [g] 2,12
-------------------	---	--	---	--	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Środa, 29 listopada 2023										
	Dieta podstawowa	Kcal	Dieta lekkostrawna	Kcal	Dieta lekkostrawna z ograniczeniem tłuszczu	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kcal	Dieta papkowata	Kcal
Śniadanie	Ryż na mleku (*7) 350ml Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 60g miód porcjowany 15g Rzodkiewka tarta 80g Sałata 1 liść 5g Herbata z cukrem 250ml	255 261 116 102 40 14 1 20	Ryż na mleku (*7) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 60g miód porcjowany 15g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata z cukrem 250ml	255 263 116 102 40 19 1 20	Ryż na mleku (*7) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 60g miód porcjowany 15g Pomidor 100g Sałata 1 liść/ 5g Herbata z cukrem 250ml	255 263 116 102 40 19 1 20	Ryż brązowy na mleku (*7) 350ml Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1)70g Rzodkiew tarta 80g Sałata 1 liść /5g Herbata bez cukru 250ml	258 221 116 125 14 1 20	Ryż na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	545 20
II śniadanie	Banan 1szt.	110	Banan 1 szt/150g	110	Banan 1 szt/150g	110	Pomarańcza 1 szt 200g	102		
Obiad	Zupa koperkowa z ryżem (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	212 431 75 50	Zupa koperkowa z ryżem (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7) Jabłko pieczone 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	212 431 75 50	Zupa koperkowa z ryżem (*7*9) 400ml Spaghetti po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300g(*1*3*7) Jabłko pieczone 1szt./150g Kompot owocowy 250ml	212 431 75 50	Zupa koperkowa z ryżem brązowym (*7*9) 400ml Spaghetti z makaronem razowym po bolońsku z sosem pomidorowym z mięsem wieprzowodrobiowym 300G(*1*3*7) Jabłko 1szt./150g Kompot owocowy bez cukru 250ml	222 476 75 18	Zupa koperkowa (*7*9) ziemniaki, mięso wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	665 50
Kolacja	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7)60g Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 30g Ogórek 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	80 31 14 261 116 20	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7)60g Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 30g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	80 31 17 263 116 20	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7)60g Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 30g Cukinia gotowana 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	80 31 17 263 116 20	Pasta twarogowo-pomidorowa (*7)60g Szynka rubinowa wieprzowa (*9*10) 30g Rzodkiew biała tarta 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	80 31 14 221 116	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	514 20
Nocny	Kanapka z wędliną drobiową , sałatą i masłem kanapkowym (*1*7+9+6+10) 1szt.	135	Kanapka pszenna z wędliną drobiową , sałatą i masłem kanapkowym (*1*7+9+6+10) 1szt.	135	Kanapka pszenna z wędliną drobiową , sałatą i masłem kanapkowym (*1*7+9+6+10) 1szt.	135	Kanapka razowa z wędliną drobiową, sałatą i masłem kanapkowym (*1*7+6+9+10) 1szt.	127		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2344 Białko ogółem [g] 98,45 Tłuszcz[g] 78,18 w tym nasycone [g] 26,5 Węglowodany ogółem [g] 315,52 W tym cukry [g] 57,79 Błonnik[g] 32,12 Sól [g] 4,11	Wartość energet. [kcal] 2356 Białko ogółem [g] 98,76 Tłuszcz[g] 72,52 w tym nasycone [g] 21,12 Węglowodany ogółem [g] 322,83 W tym cukry [g] 59,11 Błonnik[g] 28,12 Sól [g] 4,03	Wartość energet. [kcal]2356 Białko ogółem [g] 98,76 Tłuszcz[g] 72,52 w tym nasycone [g] 21,12 Węglowodany ogółem [g] 322,83 W tym cukry [g] 59,11 Błonnik[g] 28,12 Sól [g] 4,03	Wartość energet. [kcal] 2225 Białko ogółem [g] 100,12 Tłuszcz[g] 75,62 w tym nasycone [g] 23,82 Węglowodany ogółem [g] 291,45 W tym cukry [g] 45,12 Błonnik[g] 35,12 Sól [g] 3,98	Wartość energet. [kcal] 1814 Białko ogółem [g] 72,12 Tłuszcz[g] 47,12 w tym nasycone [g] 14,65 Węglowodany ogółem [g] 291,76 W tym cukry [g] 32,11 Błonnik[g] 22,55 Sól [g] 3,21
-------------------	--	---	--	--	---

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

21.11.2023-30.11.2023

Wykaz alergenów zgodnie ze specyfikacjami oraz przekazanymi przez producentów:

1)gluten; 2)skorupiaki, 3)jaja; 4) ryby; 5) orzeszki ziemne; 6)soja; 7)mleko; 8)orzechy 9) seler; 10) gorczyca; 11) ziarna sezamu; 12) dwutlenek siarki; 13) lubin.

Legenda: (*) produkt zawiera wskazany alergen;(+) produkt może zawierać wskazany alergen.

Czwartek, 30 listopada 2023										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kcal	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kcal	Dieta papkowata(12)	Kcal
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10) 60g Jajko gotowane(*3) 1szt./50g Papryka 80g Sałata 1liść/5g Herbata z cukrem 250ml	247 261 116 96 70 20 1 20	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350m Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10) 60g Jajko gotowane (*3) 1szt./50g Pomidor 80g Sałata 1liść/5g Herbata z cukrem 250ml	247 263 116 96 70 1 20	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350m Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10) 60g Pasta z białka jajka (*3) 50g Pomidor 80g Sałata 1liść/5g Herbata z cukrem 250ml	247 263 116 96 45 17 1 20	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350m Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10) 60g Jajko gotowane 1szt./50g (*3) Papryka 80g Sałata 1liść/5g Herbata bez cukru 250ml	247 221 116 96 70 20 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	595 20
II śniadanie	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28		
Obiad	Grochówka z ziemniakami (*7*9) 500ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml Ryż biały (*1) 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	312 278 260 71 50	Zupa wiejska z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml Ryż biały (*1) 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	232 278 260 71 50	Zupa wiejska z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml Ryż biały (*1) 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	232 278 260 71 50	Grochówka z ziemniakami (*7*9) 400ml Gulasz z szynki wieprzowej w sosie własnym (*1*7) 100g/30ml Ryż brązowy (*1) 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy bez cukru 200ml	312 278 245 40 18	Zupa wiejska (*7*9), ziemniaki, mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	684 51
Kolacja	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka drobiowa z kurcząt (*1) 20g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	81 19 6 261 116 20	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka drobiowa z kurcząt (*1) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	81 19 10 263 116 20	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka drobiowa z kurcząt (*1) 20g Pomidor 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata z cukrem 250ml	81 19 10 263 116 20	Pasta rybna z łososiem i koperkiem (*4*7) 60g Szynka drobiowa z kurcząt (*1) 20g Ogórek 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata bez cukru 250ml	81 19 6 221 116	Łosoś(*4), jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	554 20
Noenry	Jogurt naturalny 150g (*7) Pestki słonecznika (+8) 15g	154	Jogurt owocowy (*7) 150g	142	Jogurt owocowy (*7) 150g	142	Jogurt naturalny 150g (*7) Pestki słonecznika (+8) 15g	154		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Dieta podstawowa(1) (C1)	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Dieta papkowata(12)
Wartość energet. [kcal]	2497	2401	2401	2299	1997
Białko ogółem [g]	114,98	102,54	102,54	98,99	79,45
Tłuszcz[g]	89,34	80,65	80,65	75,75	50,12
w tym nasycone [g]	29,12	22,44	22,44	20,12	19,23
Węglowodany ogółem [g]	320,13	320,01	320,01	302,56	280,34
W tym cukry [g]	59,23	58,12	58,12	42,76	30,22
Błonnik[g]	42,65	30,34	30,34	33,67	22,45
Sól [g]	4,65	4,34	4,34	4,02	3,76

Sporządzone przez dietetyka PPUH Natalia Madej