

# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

**11.06.2024-20.06.2024**

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.

<b>Wtorek, 11 czerwca 2024</b>										
	<b>Dieta podstawowa(1) (C1)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna (2)(C2)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta papkowata(12)</b>	<b>Kcal</b>
Śniadanie	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szyńka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 112 19 17 1 261 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Szyńka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 102 19 17 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Szyńka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 82 19 17 1 263 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szyńka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	256 112 19 17 1 221 116	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniadanie	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Banan 1szt./150g	110	Mandarynka 1szt./100g	45		
Obiad	Kapuśniak z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot wieloowocowy 250ml	235 231 260 65 50	Zupa wiejska z ziemniakami (*7*9) 500ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot wieloowocowy 250ml	212 201 260 65 50	Zupa wiejska z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos drobiowy z warzywami (*1*7*9) 150g Ryż biały 200g Buraczki tarte 100g Kompot wieloowocowy 250ml	212 201 260 37 50	Kapuśniak z ziemniakami (*7*9) 400ml Sos po chińsku z kurczakiem i warzywami (*1*7) 150g Ryż brązowy 200g Surówka z buraka i jabłka 100g Kompot b/c 250ml	235 231 236 64 18	Zupa wiejska (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Kolacja	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 48 7 261 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 48 7 263 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 48 7 263 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Rzodkiew biała tarta 50g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 48 7 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinią i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2362 Białko ogółem [g]: 99,15 Tłuszcz[g]: 70,34 w tym tłuszcze nasycone[g]: 30,23 Węglowodany ogółem[g]: 309,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 25,03 Sól [g]: 3,76	Wartość energet. [kcal] 2304 Białko ogółem [g]: 87,78 Tłuszcz[g]: 63,97 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 20,11 Sól [g]: 3,12	Wartość energet. [kcal] 2284 Białko ogółem [g]: 84,02 Tłuszcz[g]: 60,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 25,11 Węglowodany ogółem[g]: 312,12 w tym cukry[g]: 58,45 Błonnik[g]: 19,03 Sól [g]: 3,12	Wartość energet. [kcal] 2159 Białko ogółem [g]: 90,23 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,82 w tym cukry[g]:41,23 Błonnik[g]: 32,09 Sól [g]:2,99	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	--	--	--	--	--

# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

**11.06.2024-20.06.2024**

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.

<b>Środa, 12 czerwca 2024</b>										
	<b>Dieta podstawowa(1) (C1)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna (2)(C2)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta papkowata(12)</b>	<b>Kcal</b>
<b>Śniadanie</b>	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 261 116 65 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 65 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Herbata b/c 250ml	247 263 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Połudwica sopočka (*6+1+9+10) 60g Mozzarella plaster (*7)20g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Herbata bez cukru 250ml	247 221 116 62 56 17 1	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml  Herbata 250ml	589
<b>II śniadanie</b>	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100		
<b>Obiad</b>	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z cebulką (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy 250ml	242 545 47 50	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z masłem (*1*3*7) 6szt./250g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy 250ml	242 545 47 50	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Pierogi ruskie z masłem (*1*3*7) 6szt./250g Marchewka gotowana 100g Kompot owocowy 250ml	242 545 35 50	Zupa jarzynowa (*7*9) 400ml Pyzy ziemniaczane z mięsem mieszanym (*1*3*7) 6szt./300g Surówka z marchewki i jabłka 100g Kompot owocowy b/c 250ml	242 460 47 18	Zupa jarzynowa (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot owocowy 250ml	625   50
<b>Kolacja</b>	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	109 40 12 261 116	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	109 40 15 263 116	Pasta rybna z morskczukiem i koperkiem (*4*7) 60g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	92 40 15 263 116	Paprykarz szczeciński (*4*9+1+3+7+10) 80g Ogórek kiszony100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	145 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
<b>Nocny</b>	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g	116	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt owocowy (*7) 150g	125	Jogurt naturalny (*7) 150g	90		

<b>WARTOŚCI ODŻYWCZE</b>	Wartość energet. [kcal] 2427 Białko ogółem [g]: 99,34 Tłuszcz[g]: 75,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 325,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2402 Białko ogółem [g]: 84,98 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2391 Białko ogółem [g]: 84,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 331,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2202 Białko ogółem [g]:87,63 Tłuszcz[g]: 67,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 299,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
--------------------------	--	--	---	---	--



# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

**11.06.2024-20.06.2024**

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.

<b>Piątek, 14 czerwca 2024</b>										
	<b>Dieta podstawowa(1) (C1)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna (2)(C2)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta papkowata(12)</b>	<b>Kcal</b>
<b>Śniadanie</b>	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml	256	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1),	589
	Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221	mleko w proszku (*7),	
<b>II śniadanie</b>	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	miód, bułka pszenna (*1)	450ml
	Jajko (*3) 1 szt	70	Jajko (*3) 1 szt	70	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g	116	Jajko (*3) 1 szt	70	Herbata z cukrem 250ml	
<b>Obiad</b>	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g	45	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g	45	Miód 15g	62	Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 40g	45		625
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	40	Pomidor 80g	17		
<b>Kolacja</b>	Sałata 1 liść 5g	1	Sałata 1 liść/ 5g	17	Sałata 1 liść/ 5g	17	Sałata 1 liść /5g	1		511
	Herbata b/c 250ml	1	Herbatab/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	17	Herbata bez cukru 250ml	1		
<b>Nocny</b>										

<b>WARTOŚCI ODŻYWCZE</b>	Wartość energet. [kcal] 2221 Białko ogółem [g]: 87,04 Tłuszcz[g]: 63,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 309,23 w tym cukry[g]: 46,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,67	Wartość energet. [kcal]2149 Białko ogółem [g]: 89,22 Tłuszcz[g]: 60,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 310,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2164 Białko ogółem [g]: 89,22 Tłuszcz[g]: 60,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 15,56 Węglowodany ogółem[g]: 310,98 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2011 Białko ogółem [g]: 89,99 Tłuszcz[g]: 60,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 280,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
--------------------------	--	---	---	--	--

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

11.06.2024-20.06.2024

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, 15 czerwca 2024										
	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
I śniada nie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
II śniada nie	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		50
	Szynka rubinowa +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65	Polędwica sopocka +1+9+10) 60g	65		
Obiad	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 30g	56	Mozzarella [plaster (*7) 20g	56		511
	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Sałata 1liść/5g	1	Pomidor 80g	17	Rzodkiew biała tarta 80g	14		
Kolacja	Sałata 1 liść /5g	1	Herbata b/c 250ml	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść/5g	1		50
	Herbata b/c 250ml	1			Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
Nocny	Gruszka 1szt..150g	85	Mus owocowy 100%/100g	54	Mus owocowy 100%/100g	54	Gruszka 1 szt 150g	85		511
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Barszcz po ukraińsku z fasolą (*7*9) 400ml	325	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7*9)400ml	242	Barszcz czerwony z ziemniakami (*7*9)400ml	242	Barszcz po ukraińsku z fasolą (*7*9) 400ml	325	Barszcz czerwony (*7*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	50
	Wątróbka drobiowa z cebulką (*1) 150g	294	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201	Gulasz drobiowy w sosie koperkowym (*1*7*9) 150g	201		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218	Kasza jęczmienna (*1) 200g	218		50
	Salatka z ogórka kiszzonego, marchewki i cebulki 100g	13	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 100g	43	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 100g	43	Salatka z ogórka kiszzonego, marchewki i cebulki 100g	13	Kompot owocowy 250ml	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy 250ml	50	Kompot wieloowocowy bez cukru 250ml	18		511
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g	59	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	511
	Ser żółty (*7) 20g	70	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	48	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	48	Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g	48		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Ogórek 50g	6	Cukinia parzona 50g	7	Cukinia parzona 50g	7	Ogórek 50g	6		511
	Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g	261	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb pszenny (*1)100g	263	Chleb razowy (*1)100g	221		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	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		511
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1		
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100		511
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2357		Wartość energet. [kcal] 2166		Wartość energet. [kcal]2235		Wartość energet. [kcal] 2130		Wartość energet. [kcal]1775	511
	Białko ogółem [g]: 98,34		Białko ogółem [g]: 82,63		Białko ogółem [g]: 82,63		Białko ogółem [g]: 90,04		Białko ogółem [g] 65,45	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Tłuszcz[g]: 72,87		Tłuszcz[g]: 62,123		Tłuszcz[g]: 62,123		Tłuszcz[g]: 67,12		Tłuszcz[g] 45.12	511
	w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03		w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56		w tym nasycone [g] 19,23	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Węglowodany ogółem[g]: 318,07		Węglowodany ogółem[g]: 305,12		Węglowodany ogółem[g]: 305,12		Węglowodany ogółem[g]: 299,23		Węglowodany ogółem [g] 280,34	511
	w tym cukry[g]: 50,65		w tym cukry[g]: 41,64		w tym cukry[g]: 41,64		w tym cukry[g]: 50,245		W tym cukry [g] 30,22	
WARTOŚCI ODŻYWCZE	Błonnik[g]: 33,09		Błonnik[g]:31,99		Błonnik[g]:31,99		Błonnik[g]:26,12		Błonnik[g] 22,45	511
	Sól [g]: 4,22		Sól [g]: 4,11		Sól [g]: 4,11		Sól [g]: 4,03		Sól [g] 3,76	

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

11.06.2024-20.06.2024

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, 16 czerwca 2024										
	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
I Śniadanie	Ryż biały na mleku (*) 400ml	255	Ryż biały na mleku (*) 400ml	255	Ryż biały na mleku (*) 400ml	255	Ryż brązowy na mleku (*) 400ml	247	Ryż na mleku (*) 400ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g	261	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb razowy (*) 100g	221	Chleb razowy (*) 100g	
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*) 20g	
	Jajecznica (*) 100g	211	Jajecznica na parze (*) 100g	202	Jajecznica z białek jaj na parze (*) 100g	76	Jajecznica na parze (*) 100g	211	Jajecznica na parze (*) 100g	
	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 30g	29	Półdewica drobiowa (+6+9+10) 30g	Herbata 250ml
	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Rzodkiew biała tarta 80g	14	Rzodkiew biała tarta 80g	
	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	1	Liść sałaty 5g	
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml		
II śniadanie	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Babka drożdżowa(*1*3*7+6) 50g	126	Pomarańcza 1szt./100g	112		
Obiad	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem (*1*3*9) 400ml	189	Rosół z makaronem razowym (*1*3*9) 400ml	186	Rosół (*7,*9), ziemniaki, mięso	625
	Kotlet schabowy panierowany(*1*3) 100g	283	Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	239	Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	239	Schab duszony w delikatnym sosie własnym 100g/50ml(*1*7)	239	mięso wieprzowe, mleko w proszku (*7),	
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	śmietana (*7) 450ml	
	Surówka z buraczka i jabłka z olejem rzepakowym 100g	40	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g	60	Buraczki tarte z olejem rzepakowym 100g	60	Surówka z buraczka i jabłka z olejem rzepakowym 100g	40	Kompot wielooowocowy 250ml	50
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy b/c 250ml	18		
Kolacja	Twaróg z rzodkiewką i szczypiorem (*) 70g	98	Pasta twarogowa z zieleciną (*) 70g	92	Pasta twarogowa z zieleciną (*) 70g	92	Pasta twarogowa z rzodkiewką i szczypiorem (*) 80g	112	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszką,	511
	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Miód 15g	40	Ogórek kiszony 100g	12	oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml	
	Ogórek kiszony 100g	12	Cukinia gotowana 100g	14	Cukinia gotowana 100g	14	Chleb razowy (*) 100g	221	Herbata 250ml	
	Chleb mieszany ziarnisty (*) 100g	261	Chleb pszenny (*) 100g	263	Chleb pszenny (*) 100g	263	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116		
	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83% (*) 20g	116	Herbata bez cukru 250ml			
Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml						
Nocny	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2323 Białko ogółem [g]: 99,26 Tłuszcz[g]: 75,04 w tym tłuszcze nasycone[g]: 33,03 Węglowodany ogółem[g]: 339,27 w tym cukry[g]: 57,64 Błonnik[g]: 31,72 Sól [g]: 4,93	Wartość energet. [kcal] 2239 Białko ogółem [g]: 84,66 Tłuszcz[g]: 70,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,05 Węglowodany ogółem[g]: 318,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2113 Białko ogółem [g]: 80,92 Tłuszcz[g]: 65,45 w tym tłuszcze nasycone[g]: 16,05 Węglowodany ogółem[g]: 309,054 w tym cukry[g]: 53,19 Błonnik[g]: 22,12 Sól [g]: 4,3	Wartość energet. [kcal] 2084 Białko ogółem [g]: 93,89 Tłuszcz[g]: 69, 65 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 285,82 w tym cukry[g]: 47,23 Błonnik[g]: 36,09 Sól [g]: 4,23	Wartość energet. [kcal] 1775 Białko ogółem [g]: 65,45 Tłuszcz[g]: 45,12 w tym nasycone [g]: 19,23 Węglowodany ogółem [g]: 280,34 W tym cukry [g]: 30,22 Błonnik[g]: 22,45 Sól [g]: 3,76

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

11.06.2024-20.06.2024

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, 17 czerwca 2024										
	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	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) 350ml	247	)Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml  Herbata 250ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59	Szynka delikatesowa z kurcząt(+1+9+10) 60g	59		
	Mozarella plaster (*7) 20g	56	Mozarella plaster (*7) 20g	56	Mozarella plaster (*7) 20g	56	Mozarella plaster (*7) 20g	56		
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść/5g	1		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
II śniadanie	Pomarańcza 1szt.100g	45	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt.100g	45		
Obiad	Zupa ogórkowa z ryżem (*7,*9)400ml	261	Zupa marchwianka z ryżem (*7,*9)400ml	189	Zupa marchwianka z ryżem (*7,*9)400ml	189	Zupa ogórkowa z ryżem brązowym(*7,*9)400ml	249	Zupa marchwianka (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml  Kompot owocowy 250ml	625
	Stek z cebulką wieprzowo-drobiowy smażony (*1*3) 100g	289	Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 90g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 90g/50ml	255	Pulpet drobiowo-wieprzowy gotowany w sosie koperkowym (*1*7*9) 90g/50ml	255		
	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142	ziemniaki 200g	142		
	Surówka z białej kapusty olejem rzepakowym 100g	77	Włoszczyzna na gęsto súpki (*1*7) 100g	65	Włoszczyzna na gęsto súpki (*1*7) 100g	65	Surówka z białej kapusty olejem rzepakowym100g	77		
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy bez cukru 250ml	18		50
Kolacja	Ser żółty (*7) 50g	174	Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	Polędwica sopocka (*6+9+10) 50g	62	Mięso drobiowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml  Herbata 250ml	511
	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Dżem truskawkowy 25g	40	Ser żółty (*7) 20g	70		
	Ogórek 50g	6	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Ogórek 50g	6		
	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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata b/c 250ml		Herbata bez cukru 250ml			
Nocny	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28	Sok pomidorowy 200ml	28		

WARTOŚCI ODZWCZE	Wartość energet. [kcal] 2246 Białko ogółem [g]: 90,45 Tłuszcz[g]: 71,82 w tym tłuszcze nasycone[g]: 29,23 Węglowodany ogółem[g]: 310,56 w tym cukry[g]: 58,23 Błonnik[g]: 32,03 Sól [g]: 4,76	Wartość energet. [kcal] 2086 Białko ogółem [g]: 72,91 Tłuszcz[g]: 60,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 312,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 25,72 Sól [g]: 4,12	Wartość energet. [kcal] 2086 Białko ogółem [g]: 72,02 Tłuszcz[g]: 60,112 w tym tłuszcze nasycone[g]: 21,30 Węglowodany ogółem[g]: 312,87 w tym cukry[g]: 57,18 Błonnik[g]: 25,72 Sól [g]: 4,12	Wartość energet. [kcal] 2006 Białko ogółem [g]: 89,34 Tłuszcz[g]: 63,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 285,67 w tym cukry[g]:40,34 Błonnik[g]:36,78 Sól [g]: 4,24	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76

JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

11.06.2024-20.06.2024

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, 18 czerwca 2024										
	Dieta podstawowa(1) (C1)	Kcal	Dieta łatwostrawna (2)(C2)	Kcal	Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)	Kca l	Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)	Kca l	Dieta papkowata(12)	Kca l
Śniadanie	Ryż biały na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść/5g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 112 40 17 1 261 116	Ryż biały na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna z koperkiem(*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść /5g Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 102 40 17 1 263 116	Ryż biały na mleku (*7)350ml Pasta z białek jaj z koperkiem (*3) 70g Dżem truskawkowy niskosłodzony 25g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	255 82 40 17 1 263 116	Ryż brązowy na mleku (*7)350ml Pasta jajeczna ze szczypiorem (*3) 70g Szynka z indyka 75%(*9*10) 20g Pomidor 80g Sałata 1 liść Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Herbata b/c 250ml	247 112 19 17 1 221 116	Ryż na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata z cukrem 250ml	589
II śniadanie	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	45	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	45	Mus owocowy 100% 100g	45	Mus owocowy bez cukru 100% 100g	45		
Obiad	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (*7*9)400ml Potrawka z kurczka (*1*7) 150g Ryz biały 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	284 202 260 47 50	Zupa ziemniaczana (*7*9) 400ml Potrawka z kurczka (*1*7) 150g Ryz biały 200g Marchewka na gęsto z masłem(*1*7)100g Kompot owocowy 250ml	178 202 260 62 50	Zupa ziemniaczana (*7*9) 400ml Potrawka z kurczka (*1*7) 150g Ryz biały 200g Marchewka na gęsto z masłem(*1*7)100g Kompot owocowy 250ml	178 202 260 62 50	Zupa z ciecierzycy z ziemniakami (*7*9)400ml Potrawka z kurczka (*1*7) 150g Ryz brązowy 200g Surówka z marchewki i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy bez cukru 250ml	284 202 246 47 18	Zupa ziemniaczana (*7*9) ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Kolacja	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Ogórek 50g Chleb mieszany ziarnisty (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 48 6 261 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 48 7 263 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Cukinia parzona 50g Chleb pszenny (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 48 7 263 116	Szynka drobiowa (*1+6+9) 60g Serek kanapkowy twarogowy (*7) 1szt./17g Ogórek 50g Chleb razowy (*1)100g Masło śniadaniowe kanapkowec83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	59 48 6 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocny	Ciastka zbożowe z owocami leśnymi (*1) 25g	116	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100	Galaretka z owocami bez cukru 123g	100		

WARTOŚCI ODZTWICZE	Wartość energet. [kcal] 2326 Białko ogółem [g]: 95,26 Tłuszcz[g]: 78,04 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] 2184 Białko ogółem [g]: 83,54 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]2164 Białko ogółem [g] 80,23 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] 2167 Białko ogółem [g]: 89,34 Tłuszcz[g]:67,59 w tym tłuszcze nasycone[g]: 24,04 Węglowodany ogółem[g]: 282,67 w tym cukry[g]:37,34 Błonnik[g]:36,78 Sól [g]: 4,24	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45,12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
--------------------	--	--	---	---	--



# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

**11.06.2024-20.06.2024**

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.

<b>Środa, 19 czerwca 2024</b>										
	<b>Dieta podstawowa(1) (C1)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna (2)(C2)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu(3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów(6)(C3)</b>	<b>Kcal</b>	<b>Dieta papkowata(12)</b>	<b>Kcal</b>
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1)350ml	247	Płatki owsiane na mleku (*7+1) , mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml	589
	Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g	261	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb pszenny (*1) 100g	263	Chleb razowy (*1) 100g	221		
	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116	Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g	116		
	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62	Szynka wieprzowa (+1+9+10) 60g	62		
	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster (*7) 20g	56	Mozzarella plaster(*7) 20g	56	Herbata 250ml	
	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17	Pomidor 80g	17		
	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1liść/5g	1	Sałata 1 liść /5g	1	Sałata 1 liść/5g	1		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
II śniadanie	Pomarańcza 1szt./150g	112	Banan 1szt./120g	110	Banan 1szt./120g	110	Pomarańcza 1szt./150g	112		
Obiad	Zupa pieczarkowa z makaronem (*1*3*7*9)400ml	252	Zupa koperkowa z makaronem (*1*3*7*9)400ml	235	Zupa koperkowa z makaronem i natką pietruszki (*1*3*7*9)400ml	235	Zupa pieczarkowa z makaronem razowym (*1*3*7*9)400ml	238	Zupa koperkowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowo-wieprzowe , mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml	625
	Pulpety ryżowe z mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml	255	Pulpeciki mięsno-ryżowe z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7)100g/30ml	255	Pulpeciki mięsno-ryżowe z mięsa wieprzowo-drobiowego w sosie pomidorowym (*7) 100g/30ml	255	Pulpety ryżowe z mięsem drobiowo-wieprzowym w sosie pomidorowym (*7) 100g/30ml	255		
	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142	Ziemniaki 200g	142		
	Sałotka z kiszzonego ogórka i cebulki 100g	11	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 100g	43	Bukiet warzyw gotowany z masłem (*7) 100g	43	Sałotka z kiszzonego ogórka i cebulki 100g	11	Kompot wieloowocowy 250m	50
	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy 250ml	50	Kompot owocowy b/c 250ml	18		
Kolacja	Pasta rybno- twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Pasta rybno-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Pasta rybno-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Pasta rybno-twarogowa z łososiem i koperkiem (*4*7) 80g	112	Mięso drobiowe, 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	Jajo gotowane 1szt./50g(*3)	70		
	Rzodkiew biała tarta 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Cukinia gotowana 50g	7	Rzodkiew biała tarta 50g	7		
	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 kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116	Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g	116		
	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata b/c 250ml	1	Herbata bez cukru 250ml	1		
Noceń	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71	Deser z przetartych owoców bez cukru 100%/120g	71		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2189 Białko ogółem [g]: 92,34 Tłuszcz[g]: 69,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 314,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2206 Białko ogółem [g]: 80,63 Tłuszcz[g]: 62,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 321,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal]2206 Białko ogółem [g]: 80,63 Tłuszcz[g]: 62,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 321,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4,11	Wartość energet. [kcal] 2093 Białko ogółem [g]: 87,04 Tłuszcz[g]: 67,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 291,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280,34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	--	--	---	--	--

# JADŁOSPIS- SZPITAL – DOBRY POSILEK

11.06.2024-20.06.2024

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, 20 czerwca 2024										
	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 Chleb mieszany, ziarnisty (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 261 116 95 35 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbatab/c 250ml	256 263 116 95 35 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb pszenny (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 50g Miód 15g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata b/c 250ml	256 263 116 62 40 17 1	Płatki jęczmienne na mleku (*7*1) 350ml Chleb razowy (*1) 100g Mix śniadaniowe kanapkowe(*7) 20g Jajko w sosie koperkowym (*7*3) 50g/30ml Szynka z indyka 75% (*9*10+1) 30g Pomidor 80g Sałata 1 liść/ 5g Herbata bez cukru 250ml	256 221 116 95 35 17 1	Płatki jaglane na mleku (*7), mleko w proszku (*7), miód, bułka pszenna (*1) 450ml Herbata 250ml	589
II śniadanie	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100	Galaretką z owocami bez cukru 123g	100		
Obiad	Zupa szpinakowa z zacierką (*1*7*9) 400ml Kotlet drobiowo- serowy smażony (*1*3*7) 90g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	218 301 142 65 50	Zupa szpinakowa z zacierką (*1*3*7*9) 400ml Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy 250ml	218 189 142 65 50	Zupa szpinakowa z zacierką (*1*3*7*9) 400ml Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g Ziemniaki 200g Buraczki gotowane tarte 100g Kompot owocowy 250ml	218 189 142 24 50	Zupa szpinakowa z ziemniakami (*7*9) 400ml Gotowana pierś z kurczaka z masłem i koperkiem (*7) 90g Ziemniaki 200g Surówka z buraka i jabłka z olejem rzepakowym 100g Kompot owocowy bez cukru 250ml	204 289 142 62 18	Zupa szpinakowa (*7,*9), ziemniaki, mięso drobiowe, mleko w proszku (*7), śmietana (*7) 450ml Kompot wieloowocowy 250ml	625 50
Kolacja	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Ogórek kiszony 100g Chleb mieszany ziarnisty (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 40 12 261 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10) 50g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 40 14 263 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10)50g Dżem truskawkowy 25g Cukinia parzona 100g Chleb pszenny (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 40 14 263 116	Polędwica drobiowa (+6+9+10)50g Mozzarella plaster (*7) 20g Ogórek kiszony 100g Chleb razowy (*1) 100g Masło śniadaniowe kanapkowe 83%(*7) 20g Herbata b/c 250ml	52 56 12 221 116	Mięso wieprzowe, jajko(*3), seler(*9), marchew, pietruszka, oliwa, masło (*7), kasza manna (*1) 450ml Herbata 250ml	511
Nocey	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90	Mus owocowy z jabłkiem, brzoskwinia i twarogiem bez cukru (*7) 125g	90		

WARTOŚCI ODŻYWCZE	Wartość energet. [kcal] 2230 Białko ogółem [g]: 99,34 Tłuszcz[g]: 75,87 w tym tłuszcze nasycone[g]: 22,05 Węglowodany ogółem[g]: 312,07 w tym cukry[g]: 50,65 Błonnik[g]: 33,09 Sól [g]: 4,22	Wartość energet. [kcal] 2124 Białko ogółem [g]: 93,98 Tłuszcz[g]: 64,12 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 321,23 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal]2091 Białko ogółem [g]: 89,04 Tłuszcz[g]: 62,02 w tym tłuszcze nasycone[g]: 20,56 Węglowodany ogółem[g]: 319,02 w tym cukry[g]: 50,245 Błonnik[g]:26,12 Sól [g]: 4,03	Wartość energet. [kcal] 2105 Białko ogółem [g]:90,63 Tłuszcz[g]: 65,123 w tym tłuszcze nasycone[g]: 19,03 Węglowodany ogółem[g]: 292,12 w tym cukry[g]: 41,64 Błonnik[g]:31,99 Sól [g]: 4.11	Wartość energet. [kcal]1775 Białko ogółem [g] 65,45 Tłuszcz[g] 45.12 w tym nasycone [g] 19,23 Węglowodany ogółem [g] 280.34 W tym cukry [g] 30,22 Błonnik[g] 22,45 Sól [g] 3,76
-------------------	--	--	---	---	--

Jadłospis sporządził(a): Patrycja Wójtowicz  
na zlecenie i wg wytycznych firmy cateringowej PPUH Natalia Madej