

ALERGENY MOGĄCE WYSTĘPOWAĆ W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jajka i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy tj. migdały (*Amygdalus communis* L), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), nerkowce (*Anacardium occidentale*), orzechy pekan (*Carya illinoensis/Wangenh/K.Koch*), orzechy brazylijskie (*Bertholletia exelsa*), pistacje (*Pistacia vera*), orzechy makadamie lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*) i produkty pochodne
- Seler zwyczajny i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochodne
- Nasiona sezamu i produkty pochodne
- Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO₂
- Łubin i produkty pochodne
- Mięczaki i produkty pochodne

Jadłospis od 30/10/2023 do 05/11/2023

Szpital 116 Opole 30.10.2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc1826 b-55,08g t-54,08g w-264,35g s-7,04g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa na mleku 250ml/herbata250ml sałatka z pomidorów 80g z cebulką wedlina 40gz *-dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa cebulowa 400ml. Łazanki z mięsem i kp 300g kompot owocowy 250ml 9,10	-ryż z jabłkiem prażonym 100g b/c 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g ser zolty 30g ogorek 40g 1,3,7
Dieta lekkostrawna kc1797 b-62,17g t-57,42g w-266,48g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa na mleku 250ml/herbata250ml sałatka z pomidorów z pietruszką 70g wedlina kp 40g -jogurt naturalny 40g 1,3,7	Zupa ziemniaczana 400ml. Pulpeciki wp. 100g szpinak na masle 100g kompot owocowy 250ml 1,9,7	-ryż z jabłkiem prażonym 100g b/c 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp40g pasta z makreli z jajem i pietruszką 40g sałata liście 1,3,7
Dieta cukrzycowa kc1826 b-55,08g t-54,08g w-264,35g	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa na mleku 250ml/herbata250ml sałatka z pomidorów 80g z cebulką wedlina 40g *-dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa cebulowa 400ml. Łazanki z mięsem i kp 300g kompot owocowy 250ml 9,10	-jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi 100g b/ 7	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g ogorek 40g ser zolty 30g 1,3,

Szpital 116 Opole wtorek II 31.10.2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2358	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml,	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 sałatka z	-galaretka owocowa 175g -biszkopy 30g 7,3,1	Pieczywo pszenno-żytnie 100g , masło82%- 15g sałatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem

b-88 t-61,73 w-381,86 s*5,72	wedlina 40g ogórek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewka 100g 1,7	fasoli szparagowej 100g kompot owocowy 250ml 1,9		1,7,
Dieta lekkostrawna 2177 b-80 t-55 w-355,52 s*5,72	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml, wedlina 40g pomidor 40g *dodatek-twaróg z pietruszka 70g 1,7	Zupa ryżowa 400ml ziemniaki puree 200g gulasz drobiowy 100/ 100g cukinia duszona 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g biszkopty 30g 7,3,1,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło82%- 15g sałatka jarzynowa 100g wedlina kp 40g 1,7
Dieta cukrzycowa kc2358 b-88 t-61,73 w-381,86 s-5,72	Pieczywo razowe 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml wedlina 40g ogorek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewką 100g 1,7	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 sałatka z fasoli szparagowej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-brokuł z jajkiem ma jogurcie naturalnym00g 3,7	Pieczywo razowe 100g ,masło82%- 15g sałatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7

Szpital 116 Opole środa II 01/11/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2424 b-84,70g t-70,84g w-357,51g sól-5,98gt	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml 250ml, jajo gotowane 1szt sos jogurtowy z koprem 20ml ogorek 40g sałata liście -dodatek sałatka z brokuł z szynka 40g 1,3,7	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, kurczak pieczony 100g ziemniaki puree 200g marchew z groszkiem na gesto 100g kompot owocowy 250ml 3,7,9	*budyń z jabłkiem prażonym 80g 7,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g dżem truskawkowy 40g twaróg chudy 50g 1,7
Dieta lekkostrawna kc2156 b-80,67g t-71,36 w-311,42g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml/herbata250ml jajo gotowane 1szt	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml,ziemniaki puree 200g kurczak duszony na parze 100gmarchew gotowana na gesto 100g	budyń z jabłkiem prażonym 80g 7,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g dżem truskawkowy 30g twaróg chudy 50g

s5,93g	<p>pomidor 40g sałata liście -dodatek sałatka z brokuł z szynką 40g 1,3,7</p>	<p>kompot owocowy 250ml 3,7,9</p>		1,7
<p>Dieta cukrzycowa kc2156 b-80,67g t-71,36 w-311,42g s5,93g</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/herbata 250ml jajo gotowane 1szt z chrzanem 20ml ogorek 40g -dodatek sałatka z pomidorów z cebulą 40g1,3,7</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, kurczak duszony na parze 100g ziemniaki puree 200g marchew z groszkiem na gesto100g kompot owocowy 250ml 3,7,9</p>	<p>mus z jogurtem nat., jabłko prażone z płatkami kukurydzianymi 80g 7</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g papryka 40g sałata liście 1,7</p>

Szpital 116 Opole czwartek II 02/11/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>Dieta podstawowa kc-358 b-82g t-542.5 w-100</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata250ml 250ml, parówka z kurczaka 2szt pomidor 40g -dodatek -sałatka z ogórka kiszzonego z cebulka 40g 1,7</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml Kotlet mielony 100g ziemniaki puree 200g sałatka z pory z jabłkiem 100g 1,9</p>	<p>-makrela wędzona 50g 4</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogorek 40g sałata liście 1,7</p>
<p>Dieta lekkostrawna kc-2156 b-65g t-51.9 w-253,91</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, parówka z kurczaka 2szt pomidor 40g dodatek-twaróg z pietruszka 40g 1,7,</p>	<p>Zupa ryżowa 400ml ziemniaki kotlet na parze 100gziemniaki puree 200g brokuł na gesto 100g 9</p>	<p>-sałatka z buraków gotowanych z jabłkiem 100g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina dr 50g pasta z makreli 40g sałata liście 1,4,</p>
<p>Dieta cukrzycowa kc2358 b-82g t-95 w*254,91</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/herbata 250ml parówka z kurczaka 2szt pomidor 40g -dodatek -sałatka z ogórka kiszzonego z cebulka 40g</p>	<p>Zupa ryżowa 4 00ml kotlet na parze 100g ziemniaki 200g sałatka z pory z jabłkiem 100g 9,</p>	<p>-makrela wędzona 50g 4,</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogorek 40g sałata liście</p>

Szpital 116 Opole piątek II 03/11/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2558,24 b-78,75g t-71,11g w-402,75 s-6,07g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml jajo gotowane 2szt pomidor 40g sałata liście jogurt owocowy 100g 1,3,7	Zupa barszcz 400ml kasza gryczana z tłuszczem i pietruszka 300g sur z kp.kiszonej 100g ryba smazona 100g kompot owocowy 250ml, 1,3,4,7	-sałatka z łososia z prażonym słonecznikiem i sałata lodowa 50g 4,5	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, twaróg z rzodkiewka 80g ogorek 40g 1,3,7,4
Dieta lekkostrawna 2044,86 b-61,5g t-56,78g w-321,72 s-6,07g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml jajo gotowane 2szt pomidor 40g sałata liście -dodatek jabłka prażone 50g 1,3,7	Zupa barszcz 400ml, ziemniaki puree 200g ryba na parze 100g szpinak na masle 100g Kompot owocowy 250ml, 1,3,4,7	-kisiel owocowy z tartym jabłkiem 100g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina drobiowa 50g pasta jarzynowa 70g 1,3,7,
Dieta cukrzycowa Kc2404,85 b-72,25 t-66,78g w-378,5g s-6,07g	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml jajo gotowane 2szt pomidor 40g sałata liście jogurt naturalny z musli 100g 1,3,7	Zupa barszcz 400ml, kasza gryczana 300g ryba smazona 100g sur.. z kp.kiszonej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,3,4,7	-sałatka z łososia z prażonym słonecznikiem i sałata lodowa 50g 4,5	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, twaróg z rzodkiewką 80g ogorek 40g 1,3,7,

Szpital 116 Opole sobota II 04/11/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2501 b-72,25g t-69,56g w393,0g s-6,02g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml sałatka z pomidorow 100g/szczypior wędlina kp50g dodatek-jajecznicza na parze 2szt 1,3,7/	Zupa jarzynowa400 ml, gulasz wp.100/100 ziemniaki puree 200g sałatka z buraczkow100g kompot owocowy 250ml, 1,7,,9	-jogurt owocowy 125g ciasteczka owsiane3szt/60g 8,7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogórek ze szczypiorem 40g 1,7,

<p>Dieta lekkostrawna 2095,5 b-63g t-58,22g w-329,7g s-6,02g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, / herbata250ml wedlina kp50g sałatka jarzynowa 50g z pietruszka dodatek-jajecznic na parze 2szt 1,3,7</p>	<p>Zupa grysikowa 400 ml, pulpet drobiowy 1 00g ze szpinakiem ,ziemniaki puree 200g sałatka z buraczkow 100g kompot owocowy 250ml, 1,2,7,,9</p>	<p>jogurt naturalny 180g herbatniki 60g 8,7</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, sałatka z pomidorow 100g/pietruszka wedlina kp50g 1,7,</p>
<p>Dieta cukrzycowa 2229,03 b-67g t-62,0g w-350,7g</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/ herbata250ml sałatka z pomidorow 100g/szczypior wedlina kp50g dodatek -jajecznic na parze 1szt 1,3,7</p>	<p>Zupa jarzynowa 400g gulasz wp.100/100g ziemniaki puree 200g sałatka z buraczkow 100g gkompot owocowy 250ml, 1,7,,9</p>	<p>tuńczyk z ogórkiem 50g 4</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogorek 40g ze szczypiorkiem 1,7,</p>

Szpital 116 Opole niedziela II 05/11/2023

	Sniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2554,09 b-76,75g t-71g w-402g s-6,2g	Pieczywo 100g ,masło 15g kawa z mlekiem 250ml ,herbata z cytryna 250ml, pasta z tunczyka 60g z pietruszka ogorek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7	Zupa rosól z ryzem 400 ml, kotlet schabowy 100g ,salatka z bialej kp.. zkoprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,	podwieczorek -banan 1szt jogurt owocowy z musli 100g 1,5	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp 50g papryka 40g salata liscie 1,7,
Dieta miękka 2043,67 b-61,5 t-56,78g w-321,5g s-6,2g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, / kawa z mlekiem 250ml pasta z tunczyka 60g z pietruszką pomidor 40g -dodatek *jogurt naturalny z platkami owsianymi 180g 1,4,7	Zupa rosól z ryzem 400 ml,schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g Ziemniaki puree 200 g, salatka z marchwi gotowanej 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,1	podwieczorek -galaretka owocowa 100g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp 50g pasta jajeczna 70g salata liscie 1,3,7
Dieta cukrzycowa 2007,30 b-62g t-55,78g w-316g s-6,21g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, / kawa z mlekiem 250ml pasta z tunczyka 60g z pietruszką ogorek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7	Zupa rosól z ryzem 400 ml, schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g, Ziemniaki puree 200 g, salatka z kp.bialej z koprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,1	podwieczorek-jajo gotowane 1szt salata liscie 3,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp 50g papryka 40g pomidor 40g 1,3,

Szpital 116 Opole sobota II 21/10/2023

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2501 b-72,25g t-69,56g w393,0g s-6,02g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml salatka z pomidorow 100g/szczypior wedlina kp50g dodatek-jajecznicza na parze 2szt 1,3,7/	Zupa jarzynowa400 ml, gulasz wp.100/100 ziemniaki puree 200g salatka z buraczkow100g kompot owocowy 250ml, 1,7,,9	podwieczorek-jogurt owocowy 125g ciasteczka owsiane3szt/60g 8,7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogorek ze szczypiorem 40g 1,7,
Dgieta lekkostrawna 2095,5 b-63g t-58,22g w-329,7g s-6,02g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, / herbata250ml wedlina kp50g salatka jarzynowa 50g z pietruszka dodatek-jajecznicza na parze 2szt 1,3,7	Zupa grysikowa 400 ml, pulpet drobiowy 1 00g ze szpinakiem ,ziemniaki puree 200g salatka z buraczkow 100g kompot owocowy 250ml, 1,2,7,,9	podwieczorek*jogurt naturalny 180g herbatniki 60g 8,7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, salatka z pomidorow 100g/pietruszka wedlina kp50g 1,7,
Dieta cukrzycowa 2229,03 b-67g t-62,0g w-350,7g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml./ herbata250ml salatka z pomidorow 100g/szczypior wedlina kp50g dodatek -jajecznicza na parze 2szt 1,3,7	Zupa jarzynowa 400g gulasz wp.100/100g ziemniaki puree 200g salatka z buraczkow 100g gkompot owocowy 250ml, 1,7,,9	Podwieczorek -tunczyk z ogorkiem 50g 4,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogorek 40g ze szczypiorkiem 1,7,

Szpital 116 Opole niedziela II 22/10/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2554,09 b-76,75g t-71g w-402g s-6,2g	Pieczywo 100g ,masło 15g kawa z mlekiem 250ml ,herbata z cytryna 250ml, pasta z tunczyka 60g z pietruszka ogorek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g	Zupa rosół z ryzem 400 ml, kotlet schabowy 100g ,salatka z białej kp.. zkoprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 1,9	podwieczorek -banan 1szt jogurt owocowy z musli 100g 1,7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp 50g papryka 40g salata liscie 1,7,5

	1,4,7			
Dieta miękka 2043,67 b-61,5 t-56,78g w-321,5g s-6,2g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, / kawa z mlekiem 250ml pasta z tunczyka 60g z pietruszką pomidor 40g -dodatek *jogurt naturalny z płatkami owsianymi 180g 1,4,7	Zupa rosół z ryżem 400 ml,schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g Ziemniaki puree 200 g, salotka z marchwi gotowanej 100g, Kompot owocowy 250ml, 1,9	podwieczorek -galaretka owocowa 100g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp 50g pasta jajeczna 70g salata liscie 1,3,7
Dieta cukrzycowa 2007,30 b-62g t-55,78g w-316g s-6,21g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, / kawa z mlekiem 250ml pasta z tunczyka 60g z pietruszką ogorek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7	Zupa rosół z ryżem 400 ml, schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g, Ziemniaki puree 200 g, salotka z kp.bialej z koprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 1,9	podwieczorek-jajo gotowane 1szt sałata liście 3,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp 50g papryka 40g pomidor 40g 1,3,