

**ALERGENY MOGĄCE WYSTĘPOWAĆ W POSIŁKACH:**

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy 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
9. Seler zwyczajny i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne .
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w 13
13. Łubin i produkty pochodne 1
14. Mięczaki i produkty pochodne

**JADŁOSPIS 7 -DNIOWY OD 20/11/2023 DO 26/11/2023R**  
**Szpital 116 Opole poniedziałek 20/11/2023r**

PNIEDZIAŁEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2491,74 b-74g t-69,22g w-382,1g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g kawa z mlekiem /herbata 250ml, twaróg ze szypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek wędlna kp 40g <b>1,3,4,7</b>	Zupa ryżowa 400g Łazanki z kp. mięsem i kp. 350g kompot owocowy 250ml 1,3	-sałatka z brokuł i szynki 50g 4	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlna 50g ser żółty 50g ogórek 40g 1,7,
Dieta lekkostrawna 2034,96 b-61,24g t-56,56g w-320g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata 250ml, twaróg z pietruszką80g pomidor 40g -dodatek : wędlna kp 40g <b>1,3,7</b>	Zupa ryżowa 400g kasza jeczmienna 300g leczo z kurczakiem 200g kompot owocowy 250ml 1,9	- ryż z jabłkiem prazonym 100g 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml wedlna 50g jajo gotowane 1 szt sos jogurtowy z koprem 1,7,3
Dieta cukrzycowa 2182,45 b-65,5g t-60,61g w-343,5g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata 250ml, twaróg ze szypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek :wedlna kp40g <b>1,3,4,7</b>	Zupa ryżowa 400g Łazanki kp/z miesem 350g kompot owocowy 250ml 1,3	- sałatka z brokuł i szynki 50g 4	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlna 50g ser żółty 50g ogórek 40g 1,7,

**Szpital 116 Opole wtorek I 21/11/2023**

WTOREK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Kc2369,6 b-70,5g t-74,5g w-350,01g sol-6,90g k.nasycone31,3	Pieczywo 100g ,masło 15g kawa z mlekiem/herbata 250ml, wędlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tuńczyk 40g z ogórkiem kiszonym 40 g 1,7,	Zupa ze słodkiej kapusty 400ml ziemniaki puree 200g sznycel mielony ze szpinakiem - smażony 100g sałatka z ogórków 100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-jogurt naturalny z owocami 200g 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml jajo gotowane 1szt wędlina kp50g ogórek 40g 1,3,
Dieta lekkostrawna Kc1697 b-79,98 w-233,20 t-55,42 s-6,8	Pieczywo 100g ,masło 15g, kawa z mlekiem/herbata 250ml, wędlina kp 50g pasta twarogowa z jarzynami 60g dodatek -sałatka z pomidórow 50g 1,7	Krupnik 400ml ziemniaki puree200g zraz mielony na parze 100g sos koperkowy 100ml cukinia duszona 100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-ciasteczka owsiane 3szt jogurt naturalny 150g 1,8,11	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, jajo gotowane 1szt wędlina dr 50g sałata liście 1,3
Dieta cukrzycowa Kc2222,8 b-107,2 t-97,6 w-250,50 s-8,3 kw.nasycone -37,8	Pieczywo 100g ,masło 15g, harbata 250ml,/kawa z mlekiem 250ml wędlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tuńczyk 40g z ogórkiem kiszonym 40g 1,4	Zupa ze słodkiej kapusty 400ml ziemniaki puree200g sznycel mielony ze szpinakiem smażony 100g sałatka z ogorkow100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-jogurt naturalny z owocami 200g 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, jajo gotowane 1szt wedlina 50g ogorek 40g 1,3

**Szpital 116 Opole środa I 22/11/2023**

ŚRODA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<b>Dieta podstawowa</b> <b>1945kc</b> <b>b-72,07g</b> <b>t-61g</b> <b>w-286,78g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40g papryka 40g dodatek-wędlna 40g 1,3,7	Zupa z fasolką szparagową z ziemniakami 400ml ziemniakami, spaghetti wp.300g sos bolognese 200g , kalafior gotowany 100 g kompot owocowy 250ml 1,3,7	-jogurt owocowy 150g z musli 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet 50g ogórek 40g 1,7
<b>Dieta lekkostrawna</b> <b>1687kc</b> <b>b-59,59g</b> <b>t-46,45g</b> <b>w-257,7g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g, kawa z mlekiem /herbata 250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40 g dodatek-wędlna 40g 1,3,7	Zupa koperkowa z ziemniakami 400ml ryż na sypko 200g warzywa z kurczakiem na gęsto duszone 250g kompot owocowy 250ml 1,7,9	-jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi 100g 1,7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlna kp 50g twaróg z pietruszka 70g 1,7
<b>Dieta cukrzycowa</b> <b>1748kc</b> <b>b-59,25g</b> <b>t-53,17g</b> <b>w-274,60g</b>	Pieczywo razowe 80g ,masło 15 g, kawa z mlekiem herbata 250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40g papryka40g dodatek-wędlna 40g 1,3,7	Zupa z fasolką szparagową i z ziemniakami 400ml makaron razowy 300 sos bolongesse wp. 200g kalafior gotowany 100 g kompot owocowy 250ml 1,,3,7	-jogurt naturalny 150g z musli 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet drobiowy 50g ogórek 40g 1,7

**Szpital 116 Opole czwartek I 23/11/2023**

CZWARTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<b>Dieta podstawowa</b> <b>2560kc</b> <b>b-77,01g</b> <b>t-71,11g</b> <b>w-403,02g</b> <b>s-5,64g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata 250ml, sałatka jarzynowa 100g ogórek kiszony 40g dodatek-wędlina kp 40g 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree gotowane 200g kotlet mielony smażony 100/g 100g surowka z kp.kiszonej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyń 100ml jabłko deserowe 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wędzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7
<b>Dieta lekkostrawna</b> <b>1825Kc</b> <b>b-70g</b> <b>t-63,94g</b> <b>w-245,12g</b> <b>sol-6,15g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, sałatka jarzynowa 100g sałata liście dodatek -wędlina kp 40g 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree gotowane 200g suflet drobiowy z warzywami na parze 100g sałatka z marchewki tartej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Mus z jabłek prażonych z biszkoptem 100g 1	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wędzonej 100g z pietruszka pomidor 40g 1,4,7
<b>Dieta cukrzycowa</b> <b>1982kc</b> <b>b-7,21g</b> <b>t-78,1</b> <b>w-257,85</b> <b>s-5,64g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, sałatka jarzynowa 100g ogórek kiszony 40g dodatek-wedlina kp40g 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree 200g kotlet mielony smażony 100g surówka z kp.kiszonej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyń b/c 100ml jabłko deserowe 7	Pieczywo 100g, masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, 50g pasta z ryby wędzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7

**Szpital 116 Opole piątek I 24/11/2023**

PIĄTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<b>Dieta podstawowa</b> <b>kc2153</b> <b>b-70g</b> <b>t-53,36g</b> <b>w-330,78g</b> <b>s-5,37g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15 g, kawa zbożowa z mlekiem/harbata250ml ser żółty 60g pomidor 40g dodatek -ogórek 40g, -jajo gotowane 1 szt 1,3,7	Zupa żurek z jajkiem 400ml kopytka 300g sos pieczarkowy 100ml kotlecik warzywny na parze 100g kompot owocowy 250ml  1,3,7,9,	-mus owocowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g,masło82% 15g, herbata czarna z cytryną 250mlg twaróg z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liście 1,7
<b>Dieta lekkostrawna</b> <b>kc-1900</b> <b>b-57g</b> <b>t-52,78g</b> <b>w299,25g</b> <b>s-4,989g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15 g , kawa zbożowa z mlekiem/herbata 250ml sałatka z brokuł z jajkiem i szynką 100g pomidor b/s 40g -dodatek: sałata liście jabłko na parze 1szt 1,3,7	Rosół z lanymi kluskami 400ml kopytka 300g z masłem kotlecik warzywny na parze 100g marchew na gesto 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-mus owocowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g,masło82% 15g,k herbata czarna z cytryną 250ml twarog 100g dzem 40g 1,7
<b>Dieta cukrzycowa</b> <b>kc2153</b> <b>b-70g</b> <b>t-53,36g</b> <b>w-330,78g</b> <b>s-5,37g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g, kawa zbożowa z mlekiem/harbata 250ml ser żółty 70g pomidor 40g dodatek -ogorek 40g - jajko gotowane 1 szt. 1,3,7	Zupa żurek z jajkiem 400ml ryż brązowy 300g sos pieczarkowy 100g kotlecik warzywny na parze 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-sałatka z brokuł z szynka na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo razowe 100g,masło82% 15g, herbata czarna z cytryną 250ml twaróg z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liście 1,7

**Szpital 116 Opole sobota I 25/11/2023r**

SOBOTA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<b>Dieta podstawowa kc2082</b> <b>b-70,6</b> <b>t-80,7</b> <b>w-233,82g</b> <b>s-5,03</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g, kawa z mlekiem /herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek ser żółty 40g 1,3,7	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml, ziemniaki puree 200g.sznycel wp. z warzywami smażony 100g , surowka z białej kp. z koprem 100g100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-sałatka z brokuł z fetą 50g 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150g papryka 40g \ *sałata 1,7
<b>Dieta lekkostrawna kc-1779g</b> <b>b-89,33g</b> <b>t-60,82ggg</b> <b>w-330,25g</b> <b>s-5,01g</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g sałata liście -dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa pomidorowa z ryżem 400ml,ziemniaki puree 200g.pulpet mielony na parze z warzywami 100g/100g , sałatka z buraczków 100g kompot owocowy 520ml 1,3,7,9	-jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi 100g 1,7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150g pomidor 40g 1,7
<b>Dieta cukrzycowa kc2082</b> <b>b-70,6</b> <b>t-80,7</b> <b>w-250,3</b> <b>s-5,03</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek ser żółty 40 g 1,3,7	Zupa pomidorowa z makaronem 400ml,ziemniaki puree 200g. pulpet mielony na parze z warzywami 100g surówka z białej kp.z koprem 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-jogurt naturalny z musli 50g 1	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galareta drobiowa 150g papryka 40g \ *sałata liść

## Szpital 116 Opole niedziela I 26/.11./2023

NIEDZIELA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<b>Dieta podstawowa</b> Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml parówka na gorąco 2szt pomidor 40g -ser camembert 40g 1,7	Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree200g pieczeń wp 100g sos pieczeniowy 100 ml surówka z kp. czerwonej z cebulką 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 150g owoc sezonowy 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g sałatka z zielonego ogórka ze szczypiorkiem 40 1,7
<b>Dieta cukrzycowa</b> Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczywo 100g , masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml parówka na gorąco 2szt pomidor 40g -ser camembert 40g 1,7	Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree200g schab gotowany 100g surówka z kp. czerwonej z cebulką 100g kompot owocowy 250mlb 1,9	-galaretka owocowa 150g owoc sezonowy 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g sałatka z ogórka ze szczypiorkiem 40g 1,7
<b>Dieta lekkostrawna</b>	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250, parówka na gorąco 2szt pomidor 40g -sałatka z brokuł z szynką 40g 1,7	Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree200g schab gotowany 100g /sos pietruszkowy 100ml marchew gotowana 100g na parze kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 100g jabłko na parze 1szt	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g twaróg z pietruszka 40g 1,7





