

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 excelsa*), 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 06/11/2023 DO 12/11/2023R**Szpital 116 Opole poniedziałek 06/11/2023r**

PONIEDZIAŁEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2491,74 b-74g t-69,22g w-382,1g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg ze sczypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek wędlina kp 40g 1,3,4,7	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, wędlina 50g ser żółty 50g ogórek 40g 1,7,
Dieta lekkostrawna	Pieczywo 100g ,masło	Zupa ryżowa 400g kasza jęczmienna 300g	- ryż z jabłkiem prazonym 100g	Pieczywo 100g ,masło 15g

2034,96 b-61,24g t-56,56g w-320g s-6,03g	15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg z pietruszką80g pomidor 40g -dodatek wędlina kp 40g 1,3,7	leczo z kurczakiem 200g kompot owocowy 250ml 1,9	7,	,herbata z cytryna 250ml wędlina 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 ,herbata 250ml,/kawa z mlekiem 250ml twaróg ze szcypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek :wędlina kp40g 1,3,4,7	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, wędlina 50g ser żółty 50g ogorek 40g 1,7,

Szpital 116 Opole wtorek I 07/11/2023

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-tunczyk 40g z ogórkiem kiszonym 1,7,	Zupa żurek 400ml ziemniaki puree200g sznycel mielony ze szpinakiem - smażony 100g sałatka z ogorków 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 ogorek 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	Zupa ziemniaczana 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

	pomidorow 50g 1,7			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 ,herbata 250ml,/kawa z mlekiem 250ml wedlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tunczyk 40g z ogorkiem kiszonym10g 1,4	Zupa żurek 400ml ziemniaki puree200g sznycel mielony ze szpinakiem smażony 100g salatka 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 08/11/2023

ŚRODA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 1945kc b-72,07g t-61g w-286,78g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, omlet z warzywami 80g pomidor 40g papryka 40g dodatek-wędlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml makaron spaghetti 300g sos bolognese drobiowy 200g salatka z ogorkow 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7	-jogurt owocowy 150g z musli 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet 50g ogorek 40g 1,7
Dieta lekkostrawna 1687kc b-59,59g t-46,45g w-257,7g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata250ml, omlet z warzywami 80g pomidor 40g dodatek-wędlina dr 40g 1,3,7	Zupa koperkowa 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, wedlina kp50g twarog z pietruszka 70g 1,7

Dieta cukrzykowa 1748kc b-59,25g t-53,17g w-274,60g	Pieczyno razowe 80g ,masło 10g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, omlet z warzywami 80g pomidor 40g papryka40g dodatek-wędlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml makaron razowy 300 sos bolongesse drobiowy200g sałatka z ogorkow 150g kompot owocowy 250ml 1,,3,7	-jogurt naturalny 150g z musli 7,	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet drobiowy 50g ogorek 40g 1,7
--	---	--	-----------------------------------	--

Szpital 116 Opole czwartek I 09/11/2023

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

Dieta cukrzycowa 1982kc b-7,21g t-78,1 w-257,85 s-5,64g	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata 250ml, sałatka jarzynowa 100g ogórek kiszony 40g dodatek-wędlina 40 g 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree 200g kotlet mielony smażony 100g surówka z k. kiszonej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyń b/c100ml jabłko deserowe 7	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, 50g pasta z ryby wedzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7
--	---	--	----------------------------------	--

Szpital 116 Opole piątek 10/11/2023

PIĄTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
Dieta podstawowa kc2153 b-70g t-53,36g w-330,78g s-5,37g	Pieczyno pszenno-żytnie 100g ,masło 15g 82% ,kawa zbożowa z mlekiem/herbata 250ml,0,5% ser żółty 60 g pomidor 40g dodatek -ogórek 40g, -jajko 1 szt. 1,3,7	Zupa ogórkowa 400ml kopytka 300g sos pieczarkowy 100g kotlecik warzywny na parze 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9,	-mus owocowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczyno pszenno-żytnie 100g,masło82% 15g, herbata czarna z cytryną 250mlg twaróg z rzodkiewką i pietruszką/szczypiorkiem 100g sałata liście 1,7
Dieta lekkostrawna kc-1900 b-57g t-52,78g w299,25g s-4,989g	Pieczyno pszenno-żytnie 100g ,masło 15g 82% ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml,0,5%/herbata 250ml sałatka z brokuł z jajkiem i szynką 100g pomidor b/s 40g jajko 1 szt. -dodatek: sałata 1,3,7	Zupa ryżowa 400ml kopytka z masłem 300g marchew na cęsto 100 g kotlecik warzywny na parze 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-mus owocowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczyno pszenno-żytnie 100g,masło 82% 15 g,k herbata czarna z cytryną 250ml twarog 100g dzem 40g 1,7

Dieta cukrzykowa kc2153 b-70g t-53,36g w-330,78g s-5,37g	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g 82%, kawa zbożowa z mlekiem 250ml,0,5%/herbata 250ml ser żółty 60 g pomidor 40g dodatek -ogórek 40g - jajko 1 szt. 40g 1,3,7	Zupa ogórkowa 400ml ryż ciemny 300g sos pieczarkowy 200g 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/ szczypiorkiem 100g sałata liście 1,7
---	--	---	--	--

Szpital 116 Opole sobota I 11/11/2023r

SOBOTA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2082 b-70,6 t-80,7 w-233,82g s-5,03	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek ser żółty 50 g 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml, ziemniaki puree 200g, sznycel wprz. 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 150 g papryka 40g \ *sałata 1,7
Dieta lekkostrawna kc-1779g b-89,33g t-60,82ggg w-330,25g s-5,01g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g sałata liście -dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa koperkowa 400 ml, 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 150 g pomidor 40g 1,7

Dieta cukrzycowa kc2082 b-70,6 t-80,7 w-250,3 s-5,03	Pieczyno 100g ,masło 15g, kawa z mlekiem 250ml, herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -ser żółty 50 g 1,3,7	Zupa koperkowa 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 nat. z musli 1	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150 g papryka 40g sałata liście
---	--	---	---------------------------	---

Szpital 116 Opole niedziela I 12/.11./2023

NIEDZIELA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata 250ml parówka na gorąco 2 szt pomidor 40g -ser camembert 40g 1,7	Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree 200g pieczeń wp 100g sos pieczeniowy 100ml surówka z kp. czerwonej z cebulką 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 150g owoc sezonowy 7	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g sałatka z zielonego ogórka ze szczypiorkiem 40 1,7
Dieta cukrzycowa Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata 250ml parówka na gorąco 2 szt 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	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g sałatka z ogórka ze szczypiorkiem 40g 1,7

Dieta lekkostrawna	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem	Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree200g	-galaretka owocowa 100g jabłko na parze 1szt	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z
---------------------------	--	--	---	-------------------------------------

	250ml, parówka na gorąco 2szt pomidor 40g -sałatka z brokuł z szynką 40g 1,7	schab gotowany 100g /sos pietruszkowy 100 cukinia duszona 100g na parze kompot owocowy 250ml 1,9		cytryna 250ml, wedlina kp50g twaróg z pietruszka 40g 1,7
--	--	--	--	---

