

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
- Gorzycza 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 11/12/2023 do 17/12/2023

Szpital116 Opole 11/12/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc1826 b-55,08 t-34,08 w-264,35 s*7,04	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawamlekiem 250ml, wedlina 40g ogorek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewka 100g 1,7	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 surówka z kp.kiszzonej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g -biszkopty 30g 7,3,1	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g sałatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7,
Dieta lekkostrawna kc11797 b-62,17 t-57,42 w-266,48 s*5,72	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, wedlina 40g pomidor 40g *dodatek-twaróg z pietruszka 70g 1,7	Zupa ryżowa 400ml ziemniaki puree 200g gulasz drobiowy 100/ 100g sałatka z buraczków 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g biszkopty 30g 7,3,1,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło- 15g sałatka jarzynowa 100g wedlina kp 40g 1,7
Dieta cukrzycowa kc1826 b-55,08 t-34,08 w-264,35 s*7,04	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml wedlina 40g ogorek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewką 100g 1,7	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 surówka z kp.kiszzonej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-sałatka z kp. pekińskiej z kukurydzą i szynką 1na jogurcie naturalnym 100g 3,7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g sałatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7

Szpital 116 Opole wtorek II 12.12.2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2358 b-88 t-61,73 w-381,86 s*5,72	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, wedlina 40g ogorek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewka 100g 1,7	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 surówka z kp.kiszzonej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g -biszkopty 30g 7,3,1	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g sałatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7,
Dieta lekkostrawna 2177 b-80 t-55 w-355,52 s*5,72	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, wedlina 40g pomidor 40g *dodatek-twaróg z pietruszka 70g 1,7	Zupa ryżowa 400ml ziemniaki puree 200g gulasz drobiowy 100/ 100g sałatka z buraczków 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g biszkopty 30g 7,3,1,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło- 15g sałatka jarzynowa 100g wędlina kp 40g 1,7
Dieta cukrzycowa kc2358 b-88 t-61,73 w-381,86 s-5,72	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml wedlina 40g ogorek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewką 100g 1,7	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 surówka z kp.kiszzonej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-sałatka z kp. pekińskiej z kukurydzą i szynką na jogurcie naturalnym 100g 3,7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g sałatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7

Szpital 116 Opole środa II 13/12/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>Dieta podstawowa kc2424 b-84,70g t-70,84g w-357,51g sól-5,98gt</p>	<p>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 szynką 40g 1,3,7</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, kurczak pieczony 100g ziemniaki puree 200g marchew tarta 100g kompot owocowy 250ml 3,7,9</p>	<p>*budyń z jabłkiem prażonym 80g 7,</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g, herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150g papryka 40g 1,7</p>
<p>Dieta lekkostrawna kc2156 b-80,67g t-71,36 w-311,42g s5,93g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g, masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml/herbata250ml jajo gotowane 1szt pomidor 40g sałata liście -dodatek sałatka z brokuł z szynką 40g 1,3,7</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400ml,ziemniaki puree 200g kurczak duszony na parze 100gmarchew gotowana na gesto 100g kompot owocowy 250ml 3,7,9</p>	<p>**budyń z jabłkiem prażonym 80g 7,</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g, herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150g pomidor 40g 1,7</p>
<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 1s zt z chrzanem 20ml ogorek 40g -dodatek sałatka z pomidorów z cebulą z jogurtem naturalnym 40g 1,3,7</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryżem 400ml, kurczak duszony na parze 100g ziemniaki puree 200g marchew tarta 100g 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, galaretka drobiowa 150g papryka 40g 1,7</p>

Szpital 116 Opole czwartek II 14/12/2023

	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/herbata 250ml 250ml, parówka z kurczaka 2szt pomidor 40g -dodatek -sałatka z ogórka kiszzonego z cebulka 40g 1,7</p>	<p>Zupa kalafiorowa 400ml Kotlet mielony 100g ziemniaki puree 200g sałatka z pory z jablkiem 100g 1,9</p>	<p>-sałatka z makrelą ogórkiem i papryką 100g 4</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g, herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogórek 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 kalafiorowa 400ml kotlet na parze 100g, ziemniaki puree 200g , brokuł na gęsto 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 lisice 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 1,7</p>	<p>Zupa kalafiorowa 400ml kotlet na parze 100g ziemniaki 200g sałatka z pory z jablkiem 100g 9,</p>	<p>-sałatka z makreli z ogórkiem i papryka 100g 4,</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g, herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g ogórek 40g sałata liście</p>

szpital 116 Opole piątek II 15/12/2023

	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.kiszzonej 100g ryba smażona 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 ogórek 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 70g biszkopty 30g	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 smażona 100g sur. z kp.kiszzonej 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 ogórek 40g 1,3,

Szpital 116 Opole sobota II 16/12/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2501 b-72,25g t-69,56g w-393,0g s-6,02g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml sałatka z pomidorow 100g/szczypior wedlina kp50g dodatek-jajecznic 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	podwieczorek-jogurt owocowy 125g ciasteczka owsiane3szt/60g 8,7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g , herbata z cytryną 250ml ser żółty 50g ogórek ze szczypiorem 40g 1,7,
Dgieta lekkostrawna 2095,5 b-63g t-58,22g w-329,7g s-6,02g	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	Zupa grysikowa 400 ml, pulpet drobiowy 100g ze szpinakiem ,ziemniaki puree 200g sałatka z buraczkow 100g kompot owocowy 250ml, 1,2,7,,9	Podwieczorek: jogurt naturalny 180g herbatniki 60g 8,7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryną 250ml sałatka z pomidorow 100g/pietruszka wedlina kp50g 1,7,
Dieta cukrzycowa 2229,03 b-67g t-62,0g w-350,7g	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/ herbata250ml sałatką z pomidorow 100g/szczypior wedlina kp50g dodatek -jajecznic na parze 1szt 1,3,7	Zupa jarzynowa 400g gulasz wp.100/100g ziemniaki puree 200g sałatka z buraczkow 100g gkompot owocowy 250ml, 1,7,,9	Podwieczorek -tuńczyk z ogorkiem 50g 4	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g, herbata z cytryną 250ml ser żółty 50g ogórek 40g ze szczypiorkiem 1,7,

Szpital 116 Opole niedziela II 17/12/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>Dieta podstawowa 2554,09 b-76,75g t-71g w-402g s-6,2g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g kawa z mlekiem 250ml , herbata z cytryna 250ml, pasta z tunczyka 60g ze szczypiorem ogórek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7</p>	<p>Zupa rosół z ryżem 400 ml, kotlet schabowy 100g ,sałatka z białej kp.. zkoprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,</p>	<p>podwieczorek -owoc 1szt. jogurt owocowy z musli 100g 1,5</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g , masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp 50g papryka 40g sałata liście 1,7,</p>
<p>Dieta lekkostrawna 2043,67 b-61,5 T-56,78g w-321,5g s-6,2g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml/kawa z mlekiem 250ml pasta z tunczyka 60g z koprem pomidor 40g -dodatek *jogurt naturalny z płatkami owsianymi 180g 1,4,7</p>	<p>Zupa rosół z ryżem 400 ml,schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g Ziemniaki puree 200 g, sałatka z marchwi gotowanej 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,1</p>	<p>podwieczorek -galaretka owocowa 100g</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp 50g pasta jajeczna 70g sałata liście 1,3,7</p>
<p>Dieta cukrzycowa 2007,30 b-62g t-55,78g w-316g s-6,21g</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g, herbata z cytryna 250ml, / kawa z mlekiem 250ml pasta z tunczyka 60g ze szczypiorkiem ogórek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7</p>	<p>Zupa rosół z ryżem 400 ml, schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g, Ziemniaki puree 200 g, sałatka z kp. białej z koprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,1</p>	<p>podwieczorek-owoc 1szt. Jogurt naturalny z musli 100g 3,</p>	<p>Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml wędlina kp 50g papryka 40g pomidor 40g 1,3,</p>

