

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 excelsa*), 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 25/12/2023 do 31/12/2023

Szpital116 Opole 25/12/2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>Dieta podstawowa kc1826 b-55,08 t-34,08 w-264,35 s*7,04</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml, /herbata 250ml wedlina 40g sałatka z pomidorów z cebulką 80g *dodatek jajo gotowanw 1szt 1,3,7</p>	<p>Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree200g, pieczeń wp.100g, sos pieczeniowy100ml, surowka z kp, czerwonej 100g kompot owocowy 250ml 1,10</p>	<p>-ryż z jabłkiem prażonym 7,</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,m wedlina kp50g ser żółty 30g ogorek 40g 1,3,</p>
<p>Dieta lekkostrawna kl1797 b-62,17 t-57,42 w-266,48 s*5,72</p>	<p>Pieczywo pszenno 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml, /herbata 250ml wedlina 40g sałatka z pomidorów z pietruszką 80g *dodatek-jogurt naturalny 100g 1,3,7</p>	<p>Zupa rosół z makaronem 400ml ziemniaki puree 200g schab gotowany w sosie diet 100/ 100g sałatka z buraczków 100g kompot owocowy 250ml 1,7,9</p>	<p>-ryż z jabłkiem prażonym 7,</p>	<p>Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,m pasta z makreli na jajkach gotowa wedlina kp 40g sałata liście 1,3,</p>

Dieta cukrzycowa kc1826 b-55,08 t-34,08 w-264,35 s*7,04	Pieczywo razowe 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml/herbata 250ml wedlina 40g salatka z pomidorów z cebulką 80g *dodatek jajo gotowanw 1szt 1,3,7	Zupa rosól z makaronem 400ml ziemniaki puree 200g schab gotowany w sosie diet 100/ 100g salatka z buraczków 100g kompot owocowy 250ml 1,10	-płatki kukurydziane na jogurcie naturalnym 100g 1,7	Pieczywo pszenno-zytnie 100g ,m wedlina kp50g ser żółty 30g ogorek 40g 1,3,7
--	--	---	---	---

Szpital 116 Opole wtorek II 26.12.2023

	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2358 b-88 t-61,73 w-381,86 s*5,72	Pieczywo pszenno-zytnie 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml, wedlina 40g ogorek 40g *dodatek twaróg z rzodkiewka 100g 1,7	Zupa kapuśniak 400ml kasza gryczana 200g gulasz miesny 100/100 surowka z kp.kiszzonej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g -biszkopty 30g 7,3,1	Pieczywo pszenno-zytnie 100g ,m salatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7,
Dieta lekkostrawna 2177 b-80 t-55 w-355,52 s*5,72	Pieczywo pszenno 100g ,masło 82% 15g ,kawa z 0,5% mlekiem 250ml, wedlina 40g pomidor 40g *dodatek-twarog z pietruszka 70g 1,7	Zupa ryżowa 400ml ziemniaki puree 200g gulasz drobiowy 100/ 100g salatka z buraczków 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 175g biszkopty 30g 7,3,1,	Pieczywo pszenno-zytnie 100g ,m salatka 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 surowka z kp.kiszzonej 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-salatka z kp.pekińskiej z kukurydzą i szynką 1na jogurcie naturalnym 100g 3,7	Pieczywo pszenno-zytnie 100g ,m salatka jarzynowa 100g pomidor 40g ze szczypiorkiem 1,7

Szpital 116 Opole sroda II 27/12/2023

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

<p>Dieta podstawowa kc2424 b-84,70g t-70,84g w-357,51g sól-5,98gt</p>	<p>Pieczywo 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</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryzem 400ml, kurczak pieczony 100g ziemniaki puree 200g marchew tarta z jabłkiem 100g kompot owocowy 250ml 3,7,9</p>	<p>*budyn z jabłkiem prażonym 80g 7,</p>	<p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z 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>Dieta cukrzykowa kc2156 b-80,67g t-71,36 w-311,42g s5,93g</p>	<p>Pieczywo 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>Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/herbata 250ml jajo gotowane 1szt z chrzanem 20ml ogorek 40g -dodatek sałatka z pomidorów z cebulą z jogutrem naturalnym 40g 1,3,7</p>	<p>Zupa pomidorowa z ryzem 400ml,ziemniaki puree 200g kurczak duszony na parze 100gmarchew gotowana na gesto 100g kompot owocowy 250ml 3,7,9</p> <p>Zupa pomidorowa z ryzem 400ml, kurczak duszony na parze 100g ziemniaki puree 200g marchew tarta z jabłkiem100g kompot owocowy 250ml 3,7,9</p>	<p>**budyn z jabłkiem prażonym 80g 7,</p> <p>• mus z jogurtem nat., jabłko prażone z płatkami kukurydzianymi 80g 7</p>	<p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z galaretka drobiowa 150g pomidor 40g 1,7</p> <p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z galaretka drobiowa 150g papryka 40g 1,7</p>

Szpital 116 Opole czwartek II 29/12/2023

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<p>Dieta podstawowa kc-358 b-82g t-542.5 w-100</p> <p>Dieta lekkostrawna kc-2156 b-65g t-51.9 w-253,91</p>	<p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata250ml 250ml, parowka z kurczaka 2szt pomidor 40g -dodatek -sałatka z ogorka kiszzonego z cebulka 40g 1,7</p> <p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, parowka z kurczaka 2szt pomidor 40g dodatek-twaróg z pietruszka 40g 1,7,</p>	<p>Zupa kalafiorowa 400ml Kotlet mielony smazony 100g ziemniaki puree 200g sałatka z pory z jabłkiem 100g 1,9</p> <p>Zupa kalafior owa 400ml ziemniaki kotlet na parze 100 ziemniaki puree 200g brokul na gesto 100g 9</p>	<p>-sałatka z makrelą ogorkiem i papryką 100g 4</p> <p>-sałatka z buraków gotowanych z jabłkiem 100g</p>	<p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z ser żółty 50g ogorek 40g sałata liscie 1,7</p> <p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z wedlina dr 50g pasta z makreli 40g sałata liscie 1,4,</p>

Dieta cukrzycowa Kc2358 b-82g t-95 w*254,91	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/herbata 250ml parowka z kurczaka 2szt pomidor 40g -dodatek -sałatka z ogorka kiszzonego z cebulka 40g 1,7	Zupa kalafiorowa 4 00ml kotlet na parze 100g ziemniaki 200g sałatka z pory z jablkiem 100g 9,	-sałatka z makreli z ogorkiem i papryka 100g 4,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z ser zolty 50g ogorek 40g salata liscie
--	---	--	--	--

szpital 116 Opole piątek II 29/12/2023

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2558,24 b-78,75g t-71,11g w-402,75 s-6,07g	Pieczywo mieszane 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata250ml jajo gotowane 2szt pomidor 40g salata liscie jogurt owocowy 100g 1,3,7	Zupa barszcz 400ml ziemniaki puree 200g sur z kp.kiszzonej 100g ryba smazona 100g kompot owocowy 250ml, 1,3,4,7	-sałatka z łososia z prazonym słonecznikiem i sałata lodowa 50g 4.5	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z twarog 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 mieszane 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/ herbata250ml jajo gotowane 2szt pomidor 40g salata liscie -dodatek jablka 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 100g ,masło 15g ,herbata z wedlina 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 mieszane 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,/herbata250ml jajo gotowane 2szt pomidor 40g salata liscie jogurt naturalny z musli 100g 1,3,7	Zupa barszcz 400ml, kasza gryczana 300g ryba na parze 100g szpinak na masle 100g Kompot owocowy 250ml, 1,3,4,7	-sałatka z łososia z prazonym słonecznikiem i sałata lodowa 50g 4.5	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z twarog z rzodkiewką 80g ogorek 40g 1,3,

Szpital 116 Opole sobota II 30/12/2023

	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
--	-----------	-------	--------------	---------

Dieta podstawowa 2501 b-72,25g t-69,56g w-393,0g 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 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 z pomidorów z pietruszką 50g z pietruszka dodatek-jajecznicza na parze 2szt 1,3,7	Zupa grysikowa 400 ml, pulpet drobiowy 1 oog 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 wedlina dr 50g dżem truskawkowy 40g 1,7,
Dieta cukrzykowa 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 1szt 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 ser żółty 50g ogorek 40g ze szczypiorkiem 1,7,

Szpital 116 Opole niedziela II 31/12/2023

	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 ze szczypiorem ogorek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7	Zupa rosół z ryzem 400 ml, kotlet schabowy 100g ,salatka z bialej kp.. zkoprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,	podwieczorek -owoc 1szt jogurt owocowy z musli 100g 1,5	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna wedlina kp 50g papryka 40g salata liscie 1,7,

Dieta lekkostrawna 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 koprem pomidor 40g -dodatek *jogurt naturalny z platkami owsianymi 180g 1,4,7	Zupa rosół z ryzem 400 ml,schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g Ziemniaki puree 200 g, salátka z marchwi gotowanej 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,1	podwieczorek -galaretka owocowa 100g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna wedlina kp 50g pasta jajeczna 70g salátka 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 ze szczypiorkiem ogorek kiszony 40g -dodatek-ser camembert 40g 1,4,7	Zupa rosół z ryzem 400 ml, schab duszony w sosie jarzynowym 100/100g, Ziemniaki puree 200 g, salátka z kp.bialej z koprem 100g, Kompot owocowy 250ml, 9,1	podwieczorek-jajo gotowane 1szt salátka liście 3,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna wedlina kp 50g papryka 40g pomidor 40g 1,3,

