

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 04/12/2023 DO 10/12/2023R

Szpital 116 Opole poniedziałek 04/12/2023r

PONIEDZIAŁEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2491,74 b-74g t-69,22g w-382,1g s-6,03g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg ze szczypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek wędlna kp 40g 1,3,4,7	Zupa krupnik 400g Łazanki z kp. mięsem i kp. 350g kompot owocowy 250ml 1,3	-sałatka z brokuł i szynki 50g 4	Pieczywo pszenno-żytnie 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg z pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek: wędlna kp 40g 1,3,7	Zupa ryżowa 400g ziemniaki puree 200g leczy z kurczakiem 200g kompot owocowy 250ml 1,9	- ryż z jabłkiem prazonym 100g 7,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml wędlna 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 razowe 100g ,masło 15g ,herbata 250ml,/kawa z mlekiem 250ml twaróg ze szczypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek:wędlna kp 40g 1,3,4,7	Zupa krupnik 400g Łazanki kp/z miesem 350g /makaron razowy /mięso drobiowe / kompot owocowy 250ml 1,3	- sałatka z brokuł i szynki 50g 4	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlna 50g ser żółty 50g ogórek 40g 1,7,

Szpital 116 Opole wtorek I 05/12/2023

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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, wędlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tunczyk 40g z ogórkiem kiszonym 1,7,	Zupa z białej kpusty 400ml ziemniaki puree200g sznycel mielony ze szpinakiem - smażony 100g sałatka z ogórków 100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-jogurt naturalny z owocami 200g 7	Pieczywo pszenno-żytnie 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, wędlina kp 50g pasta twarogowa z jarzynami 60g dodatek -sałatka z pomidorow 50g 1,7	Zupa krupnik400ml 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 pszenno-żytnie 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 razowe 100g ,masło 15g ,harbata 250ml,/kawa z mlekirm 250ml wędlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tuńczyk 40g z ogórkiem kiszonym10g 1,4	Zupa z białej kp.400ml ziemniaki puree 200g sznycel mielony ze szpinakiem smażony 100g sałatka z ogórkow100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-jogurt naturalny z owocami 200g 7	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g, herbata z cytryną 250ml, jajo gotowane 1szt wędlina 50g ogórek 40g 1,3

Szpital 116 Opole środa I 06/12/2023

ŚRODA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 1945kc b-72,07g t-61g w-286,78g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40g papryka 40g dodatek-wędlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa z fasoli szparagowej 400ml makaron spaghetti 300g sos bolognese wp.200g kalafior gotowany 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7	-jogurt owocowy 150g z musli 7,	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet 50g ogórek 40g 1,7
Dieta lekkostrawna 1687kc b-59,59g t-46,45g w-257,7g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata250ml, pasta z jaja z koprem 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlna kp50g twaróg z pietruszka 70g 1,7
Dieta cukrzycowa 1748kc b-59,25g t-53,17g w-274,60g	Pieczywo razowe 80g ,masło 10g ,herbata 250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40g papryka40g dodatek-wędlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa z fasoli szparagowej 400ml makaron razowy 300g sos bolongesse drobiowy 200g kalafior gotowany 100g, kompot owocowy 250ml 1,,3,7	-jogurt naturalny 150g z musli 7,	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet drobiowy 50g ogórek 40g 1,7

Szpital 116 Opole czwartek I 07/12/2023

CZWARTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2560kc b-77,01g t-71,11g w-403,02g s-5,64g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wędzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7
Dieta lekkostrawna 1825Kc b-70g t-63,94g w-245,12g sol-6,15g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 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 z jabłkiem 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Mus z jabłek prażonych z biskopciem 100g 1	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wędzonej 100g z pietruszka pomidor 40g 1,4,7
Dieta cukrzycowa 1982kc b-7,21g t-78,1 w-257,85 s-5,64g	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, sałatka jarzynowa 100g ogórek kiszony 40g dodatek-wedlina kp40g 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree 200g kotlet mielony smazony 100g surówka z kp.kiszonej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyń b/c 100ml jabłko deserowe 7	Pieczywo razowe 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 08/12/2023

PIĄTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2153 b-70g t-53,36g w-330,78g s-5,37g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml/harbata250ml ser żółty 60g pomidor 40g dodatek -ogorek 40g, -jajo gotowane 1zt 1,3,7	Zupa żurek z jajkiem 400ml kopytka 300g sos pieczarkowy 100ml kotlecik warzywny na parze 100g, surówka z czerwonej kapusty 100 g, kompot owocowy 250ml 1,3,7,9,	-mus owocowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g,masło 15g, herbata czarna z cytryną 250mlg twaróg z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liście 1,7
Dieta lekkostrawna kc-1900 b-57g t-52,78g w299,25g s-4,989g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml/herbata 50ml sałatka z brokuł z jajkiem i szynką 100g pomidor b/s 40g -dodatek : sałata liście jabłko na parze 1szt 1,3,7	Zupa rosół z lanym ciastem 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,masło 15g,k herbata czarna z cytryną 250ml twarog 100g dzem 40g 1,7
Dieta cukrzycowa kc2153 b-70g t-53,36g w-330,78g s-5,37g	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g, kawa zbożowa z mlekiem 250ml/harbata 250ml ser żółty 70g pomidor 40g dodatek -ogorek 40g - jajko gotowane 40g 1,3,7	Zupa żurek z jajkiem 400ml ryż ciemny 300g sos pieczarkowy 100g kotlecik warzywny na parze 100g, surówka z czerwonej kapusty 100 g, kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-sałatka z brokuł z szynka na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo razowe 100g,masło 15g, herbata czarna z cytryną 250ml twaróg z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liście 1,7

Szpital 116 Opole sobota I 09/12/2023r

SOBOTA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2082 b-70,6 t-80,7 w-233,82g s-5,03	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /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.sznyceł wpz 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150g papryka 40g \ *sałata 1,7
Dieta lekkostrawna kc-1779g b-89,33g t-60,82ggg w-330,25g s-5,01g	Pieczywo pszenno-żytnie 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 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galaretka drobiowa 150g pomidor 40g 1,7
Dieta cukrzycowa kc2082 b-70,6 t-80,7 w-250,3 s-5,03	Pieczywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,herbata 250ml sałatka z makaronu z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek ser żółty 40fg 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 razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, galareta drobiowa 150g papryka 40g \ *sałata liście

Szpital 116 Opole niedziela I 10/12/2023

NIEDZIELA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczycywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /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 100ml surówka z kp. czerwonej z cebulką 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 150g owoc sezonowy 7	Pieczycywo pszenno-żytnie 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	Pieczycywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /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 250ml 1,9	-galaretka owocowa 150g owoc sezonowy 7	Pieczycywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g sałatka z ogórka ze szczypiorkiem 40g 1,7
Dieta lekkostrawna	Pieczycywo razowe 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, 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 100 marchew na gesto 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 100g jablko na parze 1szt	Pieczycywo razowe 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g twaróg z pietruszka 40g 1,7

