

**ALERGENY MOGĄCE WYSTĘPOWAĆ W POSILKACH:**

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 18/12/2023 DO 24/12/2023R****Szpital 116 Opole poniedziałek 18/12/2023r**

PONIEDZIAŁEK	Sniadanie...	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2491,74 b-74g t-69,22g w-382,1g s-6,03g	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twarog ze sczypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek wedlina kp 40g <b>1,3,4,7</b>	Zupa Krupnik 400g Łazanki z kp. mięsem i kp. 350g kompot owocowy 250ml <b>1,3</b>	-sałatka z brokuł i szynki 50g 4	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina 50g ser zolty 50g ogórek 40g <b>1,7,</b>
Dieta lekkostrawna 2034,96 b-61,24g	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem	Zupa ryżowa 400g ziemniaki puree 200g leczko z kurczakiem 200g kompot owocowy 250ml	– ryż z jabłkiem prazonym 100g 7,	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml wedlina 50g jajo gotowane 1 szt sos jogurtowy

t-56,56g w-320g s-6,03g	250ml twarog z pietruszką80g pomidor 40g -dodatek : wedlina kp 40g 1,3,7	1,9		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 twarog ze szcypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek :wedlina kp40g 1,3,4,7	Zupa krupnik 400g Łazanki kp/z miesem 350g /makaron razowy /mieso drobiowe / kompot owocowy 250ml 1,3	- sałatka z brokuł i szynki 50g 4	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina 50g ser żółty 50g ogorek 40g 1,7,

### Szpital 116 Opole wtorek I 19/12/2023

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 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, wedlina 50g papryka 40g salata liscie -dodatek-tunczyk 40g z ogorkiem kiszonym 1,7,	Zupa z białej kpusty 400ml ziemniaki puree200g sznyceł 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 wedlina 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, wedlina 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 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, jajo gotowane 1szt wedlina dr 50g salata liscie 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 salata liscie -dodatek-tunczyk 40g z ogorkiem kiszonym10g 1,4	Zupa z bialej kp.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 sroda I 20/12/2023**

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-wedlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa z fasoli szparagowej 400ml makaron spaghetti 300g sos bolongesse wp.200g kalafior gotowany 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
<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 /herbata250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40g dodatek-wedlina 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 platkami kukurydzianymi 100g 1,7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wedlina kp50g twarog 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 10g ,herbata 250ml, pasta z jaja z koprem 80g pomidor 40g papryka40g dodatek-wedlina drobiowa 40g	Zupa z fasoli szparagowej 400ml makaron razowy 300 sos bolongesse wp.200g kalafior gotowany 100g kompot owocowy 250ml 1,,3,7	-jogurt naturalny 150g z musli 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasztet drobiowy 50g ogorek 40g 1,7

	1,3,7			
--	-------	--	--	--

### Szpital 116 Opole czwartek I 21/12/2023

CZWARTEK	sniadanie	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 250ml, sałatka jarzynowa 100g ogorek kiszony 40g dodatek-wedlina 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 wedzonej 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 250ml, sałatka jarzynowa 100g sałata liscie dodatek -wedlina 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 jablkiem 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Mus z jablek prazonych gz biszkoptem 100g 1	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wedzonej 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 250ml, sałatka jarzynowa 100g ogorek kiszony 40g dodatek-wedlina kp40g 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree 200g kotlet mielony smazono 100g surówka z kp.kiszonej 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyn b/c100ml jabłko deserowe 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, 50g pasta z ryby wedzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7

**Szpital 116 Opole piątek I 22/12/2023**

PIĄTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
<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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g 82% ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml,0,5%/harbata2 50ml ser żółty 60g pomidor 40g dodatek -ogorek 40g, -jajo gotowane 1zt 1,3,7	Zupa zurek z jajkiem 400ml kopytka 300g sos pieczarkowy 100ml kotlecik warzywny na parze 100g \surowka z kp.czerwonej 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 twarog z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liscie 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 pszenno-żytnie 100g ,masło 15g 82% ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml,0,5%/herbata 50ml sałatka z brokuł z jajkiem i szynką 100g pomodor b/s 40g -dodatek : sałata liscie jablko na parze 1szt 1,3,7	Zupa rosol 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,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 razowe 100g ,masło 15g 82% ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml,0,5%/harbata 250ml ser żółty 70g pomidor 40g dodatek -ogorek 40g - jajko gotowane 40g 1,3,7	Zupa ogorkowa 400ml ryz ciemny 300g sos pieczarkowy 100g kotlecik warzywny na parze 100g surowka z kp czerwonej 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 twarog z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liscie 1,7

**Szpital 116 Opole sobota I 23/12/2023r**

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

### Szpital 116 Opole niedziela I 24/.12./2023

NIEDZIELA	śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
<b>Dieta podstawowa</b> <b>Kc 2560g</b> <b>b-77,01g</b> <b>t-71,11</b> <b>w-403g</b>	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, /herbata 250ml <b>twarog chudy ze szczypiorkiem 100g</b> <b>tomidor 40g</b> <b>-jajo gotowane z chrzanem 50g /10g</b> 1,3,7	Zupa barszcz czysty 400ml pierogi z kp i grzybami 5sztuk ziemniaki puree 200ml ryba smazona do sosu greckiego 100g/100g kompot owocowy 250ml 1,4,9	-galaretka owocowa 150g owoc sezonowy	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, salatka jarzynowa 100g ogórek zielony ze szczypiorkiem 40 1,7
<b>Dieta</b>	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml,	Zupa barszcz czysty 400ml	-galaretka owocowa 150g	Pieczyno 100g ,masło

<p>cukrzycowa Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g</p>	<p>/herbata 250ml <b>twarog chudy ze szczypiorem 100g</b> <b>pomidor 40g</b> <b>-jajo gotowane 50g z chrzanem 10g</b> 1,3,7</p>	<p>pierogi ruskie z masłem 5sztuk ziemniaki puree 200g ryba na parze 100g sos grecki dietetyczny 100g kompot owocowy 250mlb 1,4,9</p>	<p>owoc sezonowy</p>	<p>15g ,herbata z cytryna 250ml, salatka jarzynowa na jogurcie nat 100g <b>ogórek zielony ze szczypiorkiem 40g</b> 1,7</p>
<p><b>Dieta lekkostrawna</b></p>	<p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, <b>twarog chudy z pietruszką/koprem 100g</b> <b>pomidor 40g</b> <b>-salatka z brokuł z jajem 40g</b> 1,3,7</p>	<p>Zupa barszcz czysty 400ml pierogi z kp i grzybami 5sztuk ziemniaki puree 200ml ryba smazona do sosu greckiego 100g/100g kompot owocowy 250ml 1,4,9</p>	<p>-galaretka owocowa 100g jablko na parze 1szt</p>	<p>Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, blok drobiowy 50g <b>dzem 40g</b> 1,7</p>





