

Jadłospis na poniedziałek 2024-02-05

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Parówka drobiowa 100g [256 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Jabłka 120g [44 kcal],	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) [158 kcal], Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) [691 kcal], Sos truskawkowo-mleczny 100g (7) [77 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g [94 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Ogórek kiszony krojony 90g [11 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Parówka drobiowa 100g [256 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Jabłka 120g [44 kcal],	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) [158 kcal], Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (9) [671 kcal], Surówka colesław 120g (1,3,7,10) [129 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Serek wiejski naturalny 150g (7) [122 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Szynka Delikatesowa z piersi indyka 60g [78 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Ogórek kiszony krojony 90g [11 kcal], Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i papryką 150g (1,3,7) [248 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Parówka drobiowa 100g [256 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g [65 kcal],	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) [158 kcal], Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) [691 kcal], Sos truskawkowo-mleczny 100g (7) [77 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g [94 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Szynka Delikatesowa z piersi indyka 60g [78 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Jadłospis na wtorek 2024-02-06

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta z wędliny z warzywami (C) 100g (6,7,9) [153 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Ogórek zielony świeży 90g [9 kcal], II śniadanie - Sałatka cesarz z grzankami 200g (1,3) [223 kcal],	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) [238 kcal], Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym 180g (1,3,7,9) [205 kcal], Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1) [422 kcal], Surówka z marchwi (C) 120g [111 kcal], Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) [72 kcal], Płatki owsiane 50g (1) [190 kcal], Jabłka prażone 50g [26 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Ser topiony 20g (7) [60 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) [65 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta z wędliny z warzywami (C) 100g (6,7,9) [153 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Ogórek zielony świeży 90g [9 kcal], II śniadanie - Sałatka cesarz z grzankami 200g (1,3) [223 kcal],	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) [238 kcal], Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym 180g (1,3,7,9) [205 kcal], Kasza gryczana gotowana z tłuszczem 250g [495 kcal], Surówka z marchwi (C) 120g [111 kcal], Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) [72 kcal], Płatki owsiane 50g (1) [190 kcal], Jabłka prażone 50g [26 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Ser topiony 20g (7) [60 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) [65 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,3,7,9,10) [243 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta z wędliny z warzywami (C) 100g (6,7,9) [153 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Banany 120g [73 kcal],	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) [238 kcal], Pulpet drobiowy duszony w sosie koperkowym 180g (1,3,7,9) [205 kcal], Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1) [422 kcal], Brokuły gotowane na parze 100g [30 kcal], Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) [72 kcal], Jabłka prażone 50g [26 kcal], Płatki owsiane 50g (1) [190 kcal],	Chleb pszenny 100g (1) [262 kcal], Ser topiony 20g (7) [60 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) [65 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Jadłospis na środa 2024-02-07

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Mandarynki 50g [17 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami b/s (C) 400g (1,9) [302 kcal], Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany (C) 120g [242 kcal], Ziemniaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sos pieczeniowy 100g (1) [85 kcal], Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g [29 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Sok wieloowocowy 200ml 200g [54 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z natką pietruszki 100g (7) [140 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Papryka czerwona (m) 90g [24 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Szynka Delikatesowa z piersi indyka 60g [78 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Mandarynki 50g [17 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami b/s (C) 400g (1,9) [302 kcal], Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany (C) 120g [242 kcal], Ziemniaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sos pieczeniowy 100g (1) [85 kcal], Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g [29 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Sok warzywny 200ml 200g [48 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z natką pietruszki 100g (7) [140 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Papryka czerwona (m) 90g [24 kcal], Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 150g (1,3,7,9,10) [254 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Szynka Delikatesowa z piersi indyka 60g [78 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Mandarynki 50g [17 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami b/s (C) 400g (1,9) [302 kcal], Filet drobiowy gotowany (C) 120g (9) [171 kcal], Ziemniaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sos pieczeniowy 100g (1) [85 kcal], Brokuły gotowane na parze 120g [35 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Sok wieloowocowy 200ml 200g [54 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z koperkiem 100g (7) [140 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Jadłospis na czwartek 2024-02-08

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta jajeczna 100g (3,7) [131 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Ogórek zielony świeży 90g [9 kcal], II śniadanie - Pączek z dodatkiem 80g (1) [332 kcal],	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) [213 kcal], Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) [109 kcal], Ryż biały gotowany 250g [314 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g(7) [75 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Serek homogenizowany naturalny 150g 150g(7) [242 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowadrobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta jajeczna 100g (3,7) [131 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Ogórek zielony świeży 90g [9 kcal], II śniadanie - Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) [242 kcal], Pączek z dodatkiem 80g (1) [332 kcal],	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) [213 kcal], Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) [109 kcal], Ryż brązowy gotowany 250g [295 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Jabłka 120g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], Posiłek nocny: kanapka z twarogiem i ogórkiem 150g (1,7) [246 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta jajeczna 100g (3,7) [131 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Sałatka z pomidorów z koperkiem (C) 100g [129 kcal], II śniadanie - Ciasto drożdżowe 100g (1,7) [291 kcal],	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) [213 kcal], Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) [109 kcal], Ryż biały gotowany 250g [314 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) [242 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Jadłospis na piątek 2024-02-09

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta z ciecierzycy 100g [203 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Papryka czerwona (m) 90g [24 kcal], II śniadanie - Kefir 150g (7) [99 kcal],	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) [230 kcal], Filet rybny z mintaja panierowany smażony 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) [232 kcal], Ziemniaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sałatkaz buraczków gotowanych 100g [138 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Galaretka owocowa 200g (1,3,6,7) [66 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z koperkiem 100g (7) [140 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta z ciecierzycy 100g [203 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Papryka czerwona (m) 90g [24 kcal], II śniadanie - Kefir 150g (7) [99 kcal],	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) [230 kcal], Filet rybny z mintaja panierowany smażony 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) [232 kcal], Ziemniaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sałatka z buraczków gotowanych 100g [138 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z koperkiem 100g (7) [140 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,3,7,9,10) [243 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Pasta drobiowo-jarzynowa 100g (9) [154 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Kefir 150g (7) [99 kcal],	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) [230 kcal], Filet rybny z mintaja gotowany 120g (4) [156 kcal], Ziemniaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sałatka z buraczków gotowanych 120g [165 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Galaretka owocowa 200g (1,3,6,7) [66 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z koperkiem 100g (7) [140 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Jadłospis na sobota 2024-02-10

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Ser żółty 60g (7) [204 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Jabłka 120g [44 kcal]	Zupa grysikowa b/s 400g (1,7,9) [211 kcal], Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (1,9) [682 kcal], Surówka z selerai jabłka z jogurtem (C) 120g (7,9) [95 kcal], Podwieczorek - Sok pomidorowy z soku zagęszczonego, psteryzowany 300g [81 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Ogórek zielony świeży 90g [9 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Ser żółty 60g (7) [204 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Jabłka 120g [44 kcal]	Zupa grysikowa b/s 400g (1,7,9) [211 kcal], Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (9) [671 kcal], Surówka z selera i jabłka z jogurtem (C) 120g (7,9) [95 kcal], Podwieczorek - Sok pomidorowy z soku zagęszczonego, psteryzowany 300g [81 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Ogórek zielony świeży 90g [9 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i pomidorem 150g (1,3,7) [250 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Ser mozzarella 60g (7) [167 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g [65 kcal],	Zupa grysikowa b/s 400g (1,7,9) [211 kcal], Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (1,9) [682 kcal], Kalafior gotowany na parze 120g [28 kcal], Podwieczorek - Sok pomidorowy z soku zagęszczonego, psteryzowany 300g [81 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g [59 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Jadłospis na niedzielę 2024-02-11

116 Szpital Wojskowy z Przychodnią Samodzielnym Publicznym Zakładem Opieki Zdrowotnej | Centrala

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) [236 kcal], Chleb graham 30g (1) [70 kcal], Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) [242 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Dżem brzoskwinowy (niskosłodzony) 25g [43 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Banany 120g [73 kcal],	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) [169 kcal], Kotlet z fileta drobiowego panierowanysmażony 120g (1,3,9) [284 kcal], Ziemiaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sos koperkowy 100g (1,7,9) [90 kcal], Surówka z kapusty czerwonej 100g [81 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Wafle ryżowe 30g [45 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Paszтет wieprzowo-drobiowy 50g (3,6) [98 kcal], Twarożek z rzodkiewką (C) 50g (7) [69 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Ogórek kiszony krojony 90g [11 kcal], Ogórek kiszony krojony 90g [11 kcal],
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) [242 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Sok warzywny 330ml 300g [54 kcal],	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) [169 kcal], Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 120g (1,3,9) [284 kcal], Ziemiaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sos koperkowy 100g (1,7,9) [90 kcal], Surówka z kapusty czerwonej 100g [81 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Podwieczorek - Mandarynki 100g [34 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) [284 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Paszтет wieprzowo-drobiowy 50g (3,6) [98 kcal], Twarożek z rzodkiewką (C) 50g (7) [69 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Ogórek kiszony krojony 90g [11 kcal], Posiłek nocny: kanapka z wędliną i papryką 150g (1,3,7,9,10) [252 kcal],
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) [242 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) [104 kcal], Dżem brzoskwinowy (niskosłodzony) 25g [43 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Pomidor 90g [28 kcal], II śniadanie - Banany 120g [73 kcal],	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) [169 kcal], Filet drobiowy gotowany (C) 120g (9) [171 kcal], Ziemiaki gotowane (C) 250g [248 kcal], Sos koperkowy 100g (1,7,9) [90 kcal], Kompot owocowy b/c 250g [b.d. kcal], Buraki gotowane tarte 120g [44 kcal], Podwieczorek - Wafle ryżowe 30g [45 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal],	Chleb pszenny 120g (1) [314 kcal], Masło ekstra 82% 15g (7) [115 kcal], Herbata b/c 250g [0 kcal], Twarożek z maślanką 50g (7) [69 kcal], Paszтет drobiowy 50g (1,6,9) [63 kcal], Sałata zielona 10g [1 kcal], Cytryny 10g [2 kcal], Pomidor 90g [28 kcal],

Tabela alergenów

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 exelsa*), 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 przeliczeniu na SO₂ • 13. Łubin i

