

Jadłospis na poniedziałek 2024-02-26

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) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50 g 50g (5,7,11) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron gotowany 250g , Surówka z kapusty białej z koperkiem 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Ogórki kiszone 90g (9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g ,
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50 g 50g (5,7,11) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron razowy gotowany 250g , Surówka z kapusty białej z koperkiem 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Ogórki kiszone 90g (9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g ,
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Biszkoty 50g (1,3,6) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron gotowany 250g , Kalafior gotowany na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Pasta jarzynowa 100g (9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g ,
Dieta niskotłuszczowa (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Biszkoty 50g (1,3,6) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron gotowany 250g , Kalafior gotowany na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta jarzynowa 100g (9) , Pasta z białka jaja z natką pietruszki b/tł 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g ,

Jadłospis na wtorek 2024-02-27

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
--------------------------	----------------------	-------------------------

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<p>Chleb pszenny 90g (1) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Miód naturalny 25g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,</p> <p>II śniadanie - Jabłka 120g ,</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Udo z kurczaka pieczone 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g , Kompot owocowy 250g ,</p> <p>Podwieczorek - Mus owocowo-warzywny (szpinak, kiwi, cukinia) 100g ,</p>	<p>Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g ,</p>
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
<p>Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Pasztet z pieca wieprzowy 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,</p> <p>II śniadanie - Jabłka 120g ,</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Udo z kurczaka pieczone 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszzonej z olejem 120g ,</p> <p>Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) , Płatki owsiane 40g (1) , Słonecznik łuskany 10g , Jabłka prażone 50g ,</p>	<p>Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i pomidorem 150g (1,3,7) ,</p>
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
<p>Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Miód naturalny 25g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,</p> <p>II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g ,</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Udo z kurczaka gotowane 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana na parze 120g , Kompot owocowy 250g ,</p> <p>Podwieczorek - Mus owocowo-warzywny (szpinak, kiwi, cukinia) 100g ,</p>	<p>Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,</p>
Dieta niskotłuszczowa (5p) (3/SP)		
<p>Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Serek wiejski naturalny 150g (7) , Herbata b/c 250g , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Miód naturalny 25g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,</p> <p>II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g ,</p>	<p>Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Filet drobiowy gotowany 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana na parze 120g , Kompot owocowy 250g , Podwieczorek - Mus owocowo-warzywny (szpinak, kiwi, cukinia) 100g ,</p>	<p>Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,</p>

Jadłospis na środa 2024-02-28

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) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 90g , II śniadanie - Sałatka ceszar z grzankami 200g (1,3) ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (1,7,9) , Naleśniki z twarogiem 2szt 220g (1,3,7) , Sos truskawkowo- mleczny 100g (7) , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Mandarynki 50g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasztet z pieca wieprzowy 50g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 90g ,
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sałatka ceszar z grzankami 200g (1,3) ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (1,7,9) , Naleśniki z twarogiem 2szt 220g (1,3,7) , Surówka colesław 100g (1,3,7,10) , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Mandarynki 50g ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasztet z pieca wieprzowy 50g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i papryką 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sałatka ceszar z grzankami 200g (1,3) ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (1,7,9) , Naleśniki z twarogiem 2szt 220g (1,3,7) , Sos truskawkowo- mleczny 100g (7) , Kompot owocowy 250g , Podwieczorek - Mandarynki 50g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasztet z pieca wieprzowy 50g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta niskotłuszczowa (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Paprykarz rybny (mintaj) b/tł 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Banany 120g ,	Zupa pomidorowa z makaronem 400g (1,7,9) , Naleśniki z twarogiem 2szt 220g (1,3,7) , Sos truskawkowo- mleczny 100g (7) , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Mus owocowy 100g 100g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta z białka jaja z natką pietruszki b/tł 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na czwartek 2024-02-29

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
--------------------------	----------------------	-------------------------

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb pszenny 90g (1) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Ketchup saszetki 15g , Parówka drobiowa 50g , Kiełbaska frankfurterka wieprzowa 50g , Sałata zielona 10g , Papryka czerwona (m) 90g , II śniadanie - Serek homogenizowany waniliowy 150g (7) ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9) , Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1) , Sos jasny 100g (1) , Kompot owocowy b/c 250g , Ogórek kiszony krojony 120g , Podwieczorek - Sok warzywny 330ml 330g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Twaróg półtłusty 100g (7) , Herbata b/c 250g , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Parówka drobiowa 50g , Kiełbaska frankfurterka wieprzowa 50g , Sałata zielona 10g , Papryka czerwona (m) 90g , II śniadanie - Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9) , Kasza gryczana gotowana z tłuszczem 250g , Sos jasny 100g (1) , Kompot owocowy b/c 250g , Ogórek kiszony krojony 120g , Podwieczorek - Sok warzywny 330ml 330g ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Serek fromage z papryką 80g 80g (7) , Ser żółty 20g (7) , Herbata b/c 250g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Parówka drobiowa 100g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Serek homogenizowany waniliowy 150g (7) ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9) , Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1) , Sos jasny 100g (1) , Brokuły gotowane na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Sok warzywny 330ml 330g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Twaróg półtłusty 100g (7) , Herbata b/c 250g , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta niskotłuszczowa (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jogurt owocowy 100g (7) ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9) , Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1) , Brokuły gotowane na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Sok wieloowocowy 200ml 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Twaróg chudy 100g (7) , Herbata b/c 250g , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na piątek 2024-03-01

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) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Pasta z ciecierzycy 100g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem 200g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/gl 400g (7,9) , Pulpet rybny z mintaja gotowany 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 100g (1,7) , Surówka z pora i jabłka 120g (1,3,7) , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Serek wiejski naturalny 150g (7) ,	Chleb pszenny 90g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Miód naturalny 25g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Pasta z ciecierzycy 100g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem b/c 200g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/gl 400g (7,9) , Pulpet rybny z mintaja gotowany 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 100g (1,7) , Surówka z pora i jabłka 100g (1,3,7) , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Serek wiejski naturalny 150g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Pasztet drobiowy 50g (1,6,9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z twarogiem i papryką 150g (1,7) ,
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Pasztet drobiowy 50g (1,6,9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem 200g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/gl 400g (7,9) , Pulpet rybny z mintaja gotowany 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pietruszkowy 100g (1,7) , Bukiet warzyw gotowany na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Serek wiejski naturalny 150g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Miód naturalny 25g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta nisko tłuszczowa (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Pasztet drobiowy 50g (1,6,9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem 200g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami b/gl 400g (7,9) , Pulpet rybny z mintaja gotowany 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 100g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Serek wiejski naturalny 150g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Miód naturalny 25g , Pasta z białka jaja z natką pietruszki b/tł 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na sobota 2024-03-02

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) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 60g (1,3,6,7,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 120g (1) , Ryż biały gotowany 250g , Buraki gotowane tarte 120g , Podwieczorek - Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5,7,11) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g ,
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Ketchup saszetki 15g , Parówka drobiowa 100g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mandarynki 50g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 120g (1) , Kasza gryczana gotowana z tłuszczem 250g , Ryż brązowy gotowany 250g , Surówka colesław 120g (1,3,7,10) , Podwieczorek - Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5,7,11) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 120g (1) , Ryż biały gotowany 250g , Buraki gotowane tarte 120g , Podwieczorek - Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Wafle ryżowe 50g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta niskotłuszczowa (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa kalafiorowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 120g (1) , Ryż biały gotowany 250g , Kompot owocowy 250g , Buraki gotowane tarte 120g , Podwieczorek - Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Wafle ryżowe 50g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na niedziela 2024-03-03

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) , Chleb graham 30g (1) , Ser żółty 60g (7), Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Dżem truskawkowy 25g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłka 120g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9), Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy smażony 120g (1,3) ,Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (1,3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,
Dieta cukrzycowa (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Ser żółty 60g (7) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłka 120g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Kotlet mielony drobiowo-wieprzowy smażony 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta jajeczna ze szczypiorkiem 100g (1,3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta lekkostrawna (5p) (2/SP)		
Chleb pszenny 90g (1) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Ser mozzarella 60g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Pulpet drobiowy gotowany 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,
Dieta niskołuszczowa (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Twaróg chudy 100g (7) , Herbata b/c 250g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Pulpet drobiowy gotowany 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana na parze 120g , Kompot owocowy b/c 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata b/c 250g , Pasta z białka jaja z natką pietruszki b/tł 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,

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 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 przeliczeniu na SO₂ •
13. Łubin i produkty pochodne •
14. Mięczaki i produkty pochodne