

Jadłospis na poniedziałek 2024-04-29

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
II śniadanie - Zupa krupnik z ziemniakami z mięsem drobiowym 400g (1,9) ,		
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 szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 90g , II śniadanie - Mandarynki 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) , Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jabłka prażone 100g , Podwieczorek - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Ketchup 15g , Parówka drobiowa 100g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 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 - Kefir 150g (7) , Mandarynki 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) , Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (9) , Surówka colesław 120g (1,3,7,10) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Sałatka z rukolą, pomidorami i pestkami dyni 100g ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Parówka drobiowa 100g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i papryką 150g (1,3,7) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
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 - Mandarynki 50g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) , Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jabłka prażone 100g , Podwieczorek - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Parówka drobiowa 100g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) , Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jabłka prażone 50g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Parówka drobiowa 100g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) , Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (9) , Surówka colesław 120g (1,3,7,10) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Parówka drobiowa 100g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9) , Makaron z twarogiem bez tłuszczu 370g (1,7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jabłka prażone 100g , Podwieczorek - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g ,	Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Filet drobiowy gotowany 60g ,

Jadłospis na wtorek 2024-04-30

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
II śniadanie - Jabłka prażone 50g , Makaron z twarogiem 250g (1,7) ,		
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 zielony świeży 90g , II śniadanie - Sałatka z kalafiorem i kukurydzą 100g (1,3,7) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Sos pieczeniowy 100g (1) , Surówka meksykańska 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Budyń śmietankowy 200g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9,10) ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
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 , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Sałatka z kalafiozem i kukurydzą 100g (1,3,7) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka meksykańska 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Słonecznik łuskany 10g , Budyń śmietankowy bez cukru 200g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,3,7,9,10) , Sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9,10) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
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 z kalafiozem i pomidorem 100g (1,3,7) ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Filet drobiowy duszony w sosie własnym 120g (1) , Ziemniaki gotowane 250g , Brokuły gotowane na parze 100g , Podwieczorek - Budyń śmietankowy 200g (7) ,	Chleb pszenny 100g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka jarzynowa - dieta 100g (9) ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Filet drobiowy duszony w sosie własnym 120g (1) , Ziemniaki gotowane 250g , Brokuły gotowane na parze 100g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 100g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9,10) ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Filet drobiowy duszony w sosie własnym 120g (1) , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka meksykańska 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9,10) ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Paprykarz rybny (mintaj) bez tłuszczu 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Filet drobiowy duszony w sosie własnym 100g (1) , Ziemniaki gotowane 250g , Brokuły gotowane na parze 100g , Podwieczorek - Budyń śmietankowy 200g (7) ,	Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka jarzynowa - dieta 200g (9) ,

Jadłospis na środa 2024-05-01

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb pszenny 90g (1) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Twarożek z maślanką 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Rogal maślany 50g 50g (1,3,7) ,	Zupa z fasolki szparagowej 400g (7,9) , Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 250g , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pomidorowy 100g (1,7) , Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Serek homogenizowany waniliowy 150g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Połudwica sopocka wieprzowa 60g (6,10) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Papryka czerwona świeża 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Twarożek z maślanką 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłka 150g ,	Zupa z fasolki szparagowej 400g (7,9) , Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 125g , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pomidorowy 100g (1,7) , Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego 100g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Serek homogenizowany naturalny 150g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina połędwica sopocka wieprzowa 60g (6) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Papryka czerwona świeża 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Twarożek z maślanką 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Rogal maślany 50g 25g (1,3,7) ,	Zupa z fasolki szparagowej 400g (7,9) , Pulpet drobiowy z dodatkiem ryżu gotowany 200g (3) , Sos pomidorowy 100g (1,7) , Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Serek homogenizowany waniliowy 150g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Twarożek z maślanką 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa z fasolki szparagowej 400g (7,9) , Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 250g , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pomidorowy 100g (1,7) , Bukiet warzyw gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g , Twarożek z maślanką 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa z fasolki szparagowej 400g (7,9) , Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 250g , Ziemniaki gotowane 100g , Sos pomidorowy 100g (1,7) , Bukiet warzyw gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 60g (6) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Twarożek z maślanką chudy 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sok wieloowocowy 200ml 200g ,	Zupa z fasolki szparagowej 400g (7,9) , Pulpet drobiowy z dodatkiem ryżu gotowany 200g (3) , Ziemniaki gotowane 100g , Bukiet warzyw gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Serek wiejski naturalny 150g (7) ,	Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na czwartek 2024-05-02

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
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 jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Bułka drożdżowa 100g (1,3,7) ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) , Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 180g (1,9) , Ryż biały gotowany 250g , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka z brokułem i kukurydzą 100g (1,3,7) ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50g 50g (5,7,11) ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) , Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) , Ryż brązowy gotowany 250g , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Posiłek nocny: kanapka z twarogiem i ogórkiem 150g (1,7) , Sałatka z brokułem i kukurydzą 100g (1,3,7) ,

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta łatwostrawna (5p)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Bułka drożdżowa 100g (1,3,7) ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) , Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) , Ryż biały gotowany 250g , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka z pomidorów z koperkiem 100g ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) , Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) , Ryż biały gotowany 250g , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka z brokułem i pomidorem 100g (1,3,7) ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) , Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) , Ryż biały gotowany 250g , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Sałatka z brokułem i pomidorem 100g (1,3,7) ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z białka jaja z natką pietruszki bez tłuszczu 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Mus owocowy 100g 100g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (1,7,9) , Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 120g (1,9) , Ryż biały gotowany 250g , Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na piątek 2024-05-03

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

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

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) , Ser mozzarella 60g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Papryka czerwona świeża 90g , II śniadanie - Jabłka 120g ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Kotlet jajeczny smażony 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Galaretka owocowa 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (4,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Ser mozzarella 60g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Papryka czerwona świeża 90g , II śniadanie - Jabłka 120g ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (2 szt) 100g (3) , Podwieczorek - Kefir 150g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (4,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
Chleb pszenny 120g (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 zacierkowa 400g (1,3,9) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (2 szt) 100g (3) , Podwieczorek - Galaretka owocowa 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (4,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Paszтет drobiowy 50g (1,6,9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (2 szt) 100g (3) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (4,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Paszтет drobiowy 50g (1,6,9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Jajko gotowane na twardo (2 szt) 100g (3) ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (4,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina filet gotowany z indyka 60g (6,7,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłko pieczone 1 szt. 150g ,	Zupa zacierkowa 400g (1,3,9) , Ryż biały gotowany z jabłkami prażonymi i jogurtem 420g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Galaretka owocowa 200g ,	Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (4,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na sobota 2024-05-04

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb pszenny 90g (1) , Chleb graham 30g (1) , Ser żółty 60g (7) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 90g , II śniadanie - Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5,7,11) ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1,9) , Surówka z selera i jabłka z jogurtem 120g (7,9) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Sok wieloowocowy 200ml 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z wędliny z warzywami 100g (6,7,9) , Cytryny 10g , Ogórek zielony świeży 90g , Sałata zielona 10g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (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 - Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5,7,11) ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Kaszotto gryczane z mięsem drobiowym i warzywami 370g (9) , Surówka z selera i jabłka z jogurtem 120g (7,9) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Serek homogenizowany naturalny 150g 150g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z wędliny z warzywami 100g (6,7,9) , Cytryny 10g , Ogórek zielony świeży 90g , Sałata zielona 10g , Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i pomidorem 150g (1,3,7) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
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 - Jogurt naturalny 100g (7) , Biszkopty 30g (1,3,6) ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1,9) , Kalafior gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Sok wieloowocowy 200ml 200g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z wędliny z warzywami 100g (6,7,9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Ser topiony 50g (7) , Herbata bez cukru 250g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1,9) , Kalafior gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z wędliny z warzywami 100g (6,7,9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Ser topiony 50g (7) , Herbata bez cukru 250g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1,9) , Surówka z selera i jabłka z jogurtem 120g (7,9) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z wędliny z warzywami 100g (6,7,9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jogurt naturalny 100g (7) , Biszkopty 30g (1,3,6) ,	Zupa ziemniaczana 400g (1,7,9) , Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami bez tłuszczu 370g (1,9) , Kalafior gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Sok pomidorowy z soku zagęszczonego, psteryzowany 300g ,	Bułka wrocławska 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z wędliny z warzywami bez tłuszczu 100g (6,7,9) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na niedziela 2024-05-05

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

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 90g (1) , Chleb graham 30g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Banany 150g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Sałata zielona z maślanką 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) , Wafle ryżowe 30g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Ogórek kiszony krojony 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sałatka z rukolą, pomidorami i nasionami słonecznika 100g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Sałata zielona z maślanką 120g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Ogórek kiszony krojony 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i papryką 150g (1,3,7,9,10) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
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 - Banany 150g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Filet drobiowy gotowany 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Sałata zielona z maślanką 120g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) , Wafle ryżowe 30g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Filet drobiowy gotowany bez soli 100g , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Sałata zielona z maślanką 120g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Filet drobiowy gotowany bez soli 100g , Ziemniaki gotowane 250g , Sos koperkowy 100g (1,7) , Sałata zielona z maślanką 120g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb graham 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Ogórek kiszony krojony 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Banany 120g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Filet drobiowy gotowany 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Sałata zielona z maślanką 120g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) , Wafle ryżowe 30g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , 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 illinoiesis/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 produkty pochodne • 14. Mięczaki i produkty pochodne