

Jadłospis na poniedziałek 2024-06-17

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 drobiowo-jarzynowa 100g (9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50 g 50g (5,7,11) ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron gotowany świderki z tłuszczem 250g (1) , Surówka z kapusty białej z koperkiem 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (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 , Ogórek kiszony krojony 90g , Sałatka ryżowa z wędliną 150g (1,3,6,7) ,
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 drobiowo-jarzynowa 100g (9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50 g 50g (5,7,11) ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron razowy gotowany świderki 250g , Surówka z kapusty białej z koperkiem 120g , 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 , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 100g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 150g (1,6,7) , Sałatka ryżowa z wędliną 150g (1,3,6,7) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Pasta drobiowo-jarzynowa 100g (9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Biszkopty 50g (1,3,6) ,	Zupa szpinakowa z ryżem 400g (1,7,9) , Sos mięsny drobiowy a'la boloński 180g (1,9) , Makaron gotowany świderki 250g (1) , Brokuły gotowane na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (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 , Pomidor 90g , Sałatka ryżowa z wędliną 150g (1,3,6,7) ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta drobiowo-jarzynowa 100g (9) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa rosół z ryżem 400g (9) , Filet drobiowy gotowany 120g , Ryż biały gotowany 250g , Brokuły gotowane na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z białka jaja z koperkiem bez tłuszczu 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na wtorek 2024-06-18

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 - Jabłka 120g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9) , Udo z kurczaka pieczone 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszanej z olejem 120g , Kompot owocowy z herbatą 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) , Płatki owsiane 40g (1) , Jabłka prażone 50g , Słonecznik łuskany 10g ,	Herbata bez cukru 250g , Cytryny 10g , Łazanki z kapustą i kiełbasą 250g (1) , Sałatka z roszponką, pomidorem 150g ,
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 koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłka 120g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9) , Udo z kurczaka pieczone 1/2 szt. 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z kapusty kiszanej z olejem 120g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) , Płatki owsiane 40g (1) , Słonecznik łuskany 10g , Jabłka 50g ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i pomidorem 150g (1,3,7) , Sałatka z roszposznią, pomidorem i pestkami dyni 100g ,
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 - Brzoskwinia 100g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9) , Udo z kurczaka gotowane 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) , Płatki owsiane 50g (1) , Jabłka prażone 50g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałatka z roszponką, pomidorem 150g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Twarożek z koperkiem 100g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa krupnik z ziemniakami 400g (1,9) , Filet drobiowy gotowany 120g , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na środa 2024-06-19

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 cezar z grzankami 200g (1,3) ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) , Sos truskawkowo-mleczny 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Banany 120g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasztet drobiowy 50g (1,6) , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 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) , Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Ogórek kiszony krojony 90g , II śniadanie - Sałatka cezar z grzankami 200g (1,3) ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy z pieczarkami 120g (1) , Makaron razowy gotowany świderki 250g , Surówka colesław 100g (1,3,7,10) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Kefir 150g (7) ,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasztet drobiowy 50g (1,6) , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i papryką 150g (1,6,7) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1,4,5,7,8,9,10) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sałatka z kurczakiem, ryżem i pomidorem 200g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Makaron z twarogiem 350g (1,4,7,8) , Sos truskawkowo-mleczny 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą 250g , Podwieczorek - Banany 100g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g , Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Twarożek z koperkiem 50g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Ryż biały gotowany 250g , Sos truskawkowo- mleczny 100g (7) , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z białka jaja z koperkiem bez tłuszczu 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na czwartek 2024-06-20

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), Masło ekstra 82% 15g (7), Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7), Ketchup saszetki 15g, Sałata zielona 10g, Papryka czerwona świeża 90g, Kiełbasa na gorąco 100g (6), II śniadanie - Serek homogenizowany waniliowy 150g (7),	Zupa ogórkowa z ryżem 400g (1,7,9), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9), Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1), Sos jasny 100g (1), Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego 120g, Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g, Podwieczorek - Sałatka z roszponką, pomidorem, fasolą i nasionami słonecznika 100g,	Chleb pszenny 120g (1), Masło ekstra 82% 15g (7), Herbata bez cukru 250g, Dżem truskawkowy (niskosłodzony) 25g, Twarożek z maślanką 100g (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), Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7), Parówka drobiowa 100g, Sałata zielona 10g, Papryka czerwona świeża 90g, II śniadanie - Jogurt naturalny 100g (7),	Zupa ogórkowa z ryżem 400g (1,7,9), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9), Kasza gryczana gotowana 250g, Sos jasny 100g (1), Surówka z marchwi i ogórka kiszzonego 120g, Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g, Podwieczorek - Sałatka z roszponką, pomidorem, fasolą i nasionami słonecznika 100g,	Chleb żytni razowy na zakwasie 120g (1), Masło ekstra 82% 15g (7), Herbata bez cukru 250g, Twarożek z maślanką 100g (7), Cytryny 10g, Sałata zielona 10g, Pomidor 90g, Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,6,7),
Dieta łatwostrawna (5p)		
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 ryżowa bez soli 400g (1,7,9), 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 z herbatą bez cukru 250g, Podwieczorek - Sok wieloowocowy 200ml 200g,	Chleb pszenny 120g (1), Masło ekstra 82% 15g (7), Herbata bez cukru 250g, Dżem brzoskwiinowy (niskosłodzony) 25g, Twarożek z maślanką 100g (7), Cytryny 10g, Sałata zielona 10g, Pomidor 90g,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1), Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7), Herbata bez cukru 250g, Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g, Sałata zielona 10g, Pomidor 90g,	Zupa ryżowa bez soli 400g (1,7,9), Pieczeń drobiowa z warzywami 120g (1,3,9), Kasza jęczmienna wiejska gotowana 250g (1), Brokuły gotowane na parze 120g, Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g,	Chleb pszenny 120g (1), Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7), Herbata bez cukru 250g, Dżem brzoskwiinowy (niskosłodzony) 25g, Twarożek z maślanką chudy 100g (7), Cytryny 10g, Sałata zielona 10g, Pomidor 90g,

Jadłospis na piątek 2024-06-21

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) , Ser żółty 60g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem 200g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (7,9) , Filet rybny z mintaja panierowany smażony 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Buraki gotowane tarte 120g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) ,	Chleb pszenny 90g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta jajeczna z brokułem 100g (3,7) , 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 żółty 60g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , II śniadanie - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem bez cukru 200g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (7,9) , Filet rybny z mintaja panierowany smażony 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Surówka z pora i jabłka 120g (1,3,7) , 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 , Pasta jajeczna z brokułem 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z twarogiem i papryką 150g (1,7) ,
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 - Kisiel owocowy z tartym jabłkiem 200g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (7,9) , Filet rybny z mintaja panierowany smażony 120g (1,3,4,5,6,7,9,10) , Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Buraki gotowane tarte 120g , Podwieczorek - Jogurt owocowy 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta jajeczna z brokułem 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina pierś drobiowa gotowana 60g (7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (7,9) , Filet rybny z mintaja gotowany 120g (4) , Ziemniaki gotowane 250g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g , Buraki gotowane tarte 120g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Miód naturalny 25g , Pasta z białka jaja z koperkiem bez tłuszczu 100g (3,7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na sobota 2024-06-22

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) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 60g (6) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 200g (1) , Ryż biały gotowany 250g , Surówka colesław 120g (1,3,7,10) , Podwieczorek - Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5,7,11) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 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 polędwica sopocka wieprzowa 60g (6) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Sałatka z rukolą, pomidorami i pestkami dyni 100g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 200g (1) , 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 bez cukru 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Ogórek zielony świeży 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 150g (1,6,7) ,
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 - Sok jabłkowo-marchwiowy z zagęszczonych soków i przecierów, pasteryzowany 200g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 200g (1) , Ryż biały gotowany 250g , Bukiet warzyw gotowany na parze 120g , Podwieczorek - Dżem brzoskwinowy (niskosłodzony) 25g , Wafle ryżowe 30g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,7,9) , Gulasz drobiowy 200g (1) , Ryż biały gotowany 250g , Bukiet warzyw gotowany na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta twarogowo-pomidorowa 100g (7) , Cytryny 10g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,

Jadłospis na niedzielę 2024-06-23

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) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Ser żółty 60g (7) , Kawa zbożowa na mleku 250g (1,7) , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g , II śniadanie - Jabłka 150g ,	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 z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,
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 , Ogórek kiszony krojony 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 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 , Pasta jajeczna z koperkiem 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g , Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1,6,7) ,
Dieta łatwostrawna (5p)		
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 z herbatą bez cukru 250g , Podwieczorek - Jogurt naturalny 100g (7) ,	Chleb pszenny 120g (1) , Masło ekstra 82% 15g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta jajeczna 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Dżem brzoskwiniowy (niskosłodzony) 25g , Szyunka Delikatesowa z piersi indyka 60g , Sałata zielona 10g , Pomidor 90g ,	Zupa rosół z makaronem 400g (1,9) , Pulpet drobiowy gotowany 120g (1,3) , Ziemniaki gotowane 250g , Marchew gotowana na parze 120g , Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g ,	Chleb pszenny 120g (1) , Tłuszcz roślinny do smarowania 55% 10g (7) , Herbata bez cukru 250g , Pasta z białka jaja z koperkiem bez tłuszczu 100g (3,7) , Sałata zielona 10g , Cytryny 10g , Pomidor 90g ,

Tabela alergenów

- Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne •
- Skorupiaki i produkty pochodne •
- Jajka i produkty pochodne •
- Ryby i produkty pochodne •
- Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne •
- Soja i produkty pochodne •
- Mleko i produkty pochodne •
- 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 •
- Seler zwyczajny i produkty pochodne •
- Gorczyca i produkty pochodne •
- 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