

Jadłospis na poniedziałek 2024-09-30

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
<ul style="list-style-type: none">II śniadanieZupa krupnik z ziemniakami z mięsem drobiowym 400g (1) (9)		
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none">Śniadanie<ul style="list-style-type: none">Chleb pszenny 90g (1)Chleb graham 30g (1)Masło ekstra 82% 15g (7)Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1)Ketchup saszetki 15gParówka drobiowa 100gSalata 10gOgórki kiszzone 90gII śniadanieSok jabłkowo-marchwiowy 200ml 200g	<ul style="list-style-type: none">Obiad<ul style="list-style-type: none">Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7)Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (1) (9)Surówka colesław 120g (1) (3) (7) (10)Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250gPodwieczorekBanany 120g	<ul style="list-style-type: none">Kolacja<ul style="list-style-type: none">Chleb pszenny 120g (1)Masło ekstra 82% 15g (7)Ser topiony 50g (7)Herbata bez cukru 250gJajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3)Cytryny 10gSalata 10gPomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
<ul style="list-style-type: none">Śniadanie<ul style="list-style-type: none">Chleb razowy żytni 120g (1)Masło ekstra 82% 15g (7)Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1)Parówka drobiowa 150gSalata 10gPomidory 90gII śniadanieKefir 150g 150g (7)	<ul style="list-style-type: none">Obiad<ul style="list-style-type: none">Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7)Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (9)Surówka colesław 120g (1) (3) (7) (10)Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250gPodwieczorekSalatka z rukolą, pomidorem i pestkami dyni 100g	<ul style="list-style-type: none">Kolacja<ul style="list-style-type: none">Chleb razowy żytni 120g (1)Masło ekstra 82% 15g (7)Herbata bez cukru 250gWędliina polędwica sopocka wieprzowa 20g (6)Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3)Cytryny 10gSalata 10gPomidory 90gPosiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1) (7) (6)
Dieta łatwostrawna (5p)		
<ul style="list-style-type: none">Śniadanie<ul style="list-style-type: none">Chleb pszenny 120g (1)Masło ekstra 82% 15g (7)Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1)Parówka drobiowa 100gSalata 10gPomidory 90gII śniadanieSok jabłkowo-marchwiowy 200ml 200g	<ul style="list-style-type: none">Obiad<ul style="list-style-type: none">Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7)Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (1) (9)Marchew gotowana na parze 120gKompot owocowy z herbatą bez cukru 250gPodwieczorekBanany 120g	<ul style="list-style-type: none">Kolacja<ul style="list-style-type: none">Chleb pszenny 120g (1)Masło ekstra 82% 15g (7)Herbata bez cukru 250gJajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3)Dżem truskawkowy 25gCytryny 10gSalata 10gPomidory 90g
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Parówka drobiowa 100g • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7) • Makaron z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (1) (9) • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta jajeczna z koperkiem 100g (3) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Parówka drobiowa 100g • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7) • Makaron razowy z mięsem drobiowym i szpinakiem 370g (9) • Surówka coleslaw 120g (1) (3) (7) (10) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta jajeczna z koperkiem 100g (3) (7) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Dżem brzoskwiniowy 25g 25g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Jabłko pieczone 1 szt. 120g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pomidorowa z ryżem 400g (9) (1) (7) • Filet drobiowy gotowany bez tłuszczu 120g • Ziemniaki gotowane 250g • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Sok jabłkowo-marchwiowy 200ml 200g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Twarożek z koperkiem 100g (7) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g

Jadłospis na wtorek 2024-10-01

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
<ul style="list-style-type: none"> • II śniadanie • Sałatka z brokułem, pomidorem, jajkiem i ryżem 300g (3) (7) (1) 		
Dieta podstawowa (3p) (1)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 90g (1) • Chleb graham 30g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Ogórki świeże zielone 90g • II śniadanie • Jabłka 150g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany 120g • Ziemniaki gotowane 250g • Kapusta biała zasmażana 120g (1) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Budyń śmietankowy 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka jarzynowa 100g (9) (1) (3) (7) (10)

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Ogórki świeże zielone 90g • II śniadanie • Sałatka z kalafiozem i kukurydzą 120g (7) (1) (3) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Sztuka mięsa schab wieprzowy gotowany 120g • Ziemniaki gotowane 250g • Kapusta biała zasmażana 120g (1) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Słonecznik łuskany 10g • Budyń śmietankowy bez cukru 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka jarzynowa 100g (9) (1) (3) (7) (10) • Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i papryką 150g (1) (7) (3)
---	--	---

Dieta łatwostrawna (5p)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Jabłko pieczone 1 szt. 120g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Filet drobiowy gotowany bez tłuszczu 120g • Ziemniaki gotowane 250g • Bukiet warzyw gotowany na parze 120g • Kompot owocowy bez cukru 250g • Podwieczorek • Budyń śmietankowy 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 100g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka jarzynowa - dieta 100g (9)
---	---	--

Dieta łatwostrawna ZOL (2)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Paprykarz rybny (mintaj) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Filet drobiowy duszony z warzywami 240g (9) • Ziemniaki gotowane 250g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 100g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka jarzynowa 100g (9) (1) (3) (7) (10)
---	---	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Ogórki świeże zielone 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Filet drobiowy duszony z warzywami 240g (9) • Ziemniaki gotowane 250g • Kompot owocowy bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka jarzynowa 100g (9) (1) (3) (7) (10)
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Mus owocowy 100g 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa jarzynowa z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Filet drobiowy duszony z warzywami 240g (9) • Ziemniaki gotowane 250g • Kompot owocowy bez cukru 250g • Podwieczorek • Budyń śmietankowy 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka jarzynowa - dieta 100g (9)

Jadłospis na środa 2024-10-02

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
<ul style="list-style-type: none"> • II śniadanie • Zupa pomidorowa z makaronem 400g (9) (1) (7) 		
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 90g (1) • Chleb graham 30g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Dżem truskawkowy 25g 25g • Twarożek z maślaną 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Rogal maślany 50g 50g (1) (3) (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik z ziemniakami 400g (9) (1) • Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 250g • Ziemniaki gotowane 150g • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Surówka porowa 120g (3) (10) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt owocowy 100g 100g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Polędwica sopocka wieprzowa 60g (6) (10) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Papryka czerwona 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Twarożek z maślanką 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Jabłka 150g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik z ziemniakami 400g (9) (1) • Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 250g • Ziemniaki gotowane 150g • Surówka porowa 120g (3) (10) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Serek homogenizowany naturalny 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 60g (6) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Papryka czerwona 90g • Posiłek nocny: kanapka z wędliną i pomidorem 150g (1) (7)
Dieta łatwostrawna (5p)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Dżem truskawkowy 25g 25g • Twarożek z maślanką 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Rogal maślany 50g 25g (1) (3) (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik z ziemniakami 400g (9) (1) • Pulpet drobiowy z dodatkiem ryżu gotowany 200g (3) • Ziemniaki gotowane 150g • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Brokuły gotowane na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt owocowy 100g 100g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina filet gotowany z kurczaka 60g (6) (10) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Dżem truskawkowy 25g 25g • Twarożek z maślanką 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik z ziemniakami 400g (9) (1) • Pulpet drobiowy z dodatkiem ryżu gotowany 200g (3) • Ziemniaki gotowane 150g • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Brokuły gotowane na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Dżem truskawkowy 25g 25g • Twarożek z maślanką 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa krupnik z ziemniakami 400g (9) (1) • Gołąbki bez zawijania z mięsem drobiowym 250g • Ziemniaki gotowane 150g • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina polędwica sopocka wieprzowa 60g (6) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Bułka wrocławska 120g (1)• Masło roślinne 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g• Twarożek z maślanką chudy 50g (7)• Sałata 10g• Pomidory 90g• II śniadanie• Sok wieloowocowy 200ml 200g	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa krupnik z ziemniakami 400g (9) (1)• Pulpet drobiowy z dodatkiem ryżu gotowany 200g (3)• Ziemniaki gotowane 150g• Sos pomidorowy 100g (7) (1)• Brokuły gotowane na parze 120g• Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g• Podwieczorek• Jogurt owocowy 100g 100g (7)	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Bułka wrocławska 120g (1)• Masło roślinne 10g (7)• Herbata bez cukru 250g• Wędlina filet gotowany z kurczaka 60g (6) (10)• Cytryny 10g• Sałata 10g• Pomidory 90g

Jadłospis na czwartek 2024-10-03

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

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Posiłek profilaktyczny		
<ul style="list-style-type: none">• II śniadanie• Jogurt naturalny 100g 100g (7)• Ryż biały z jabłkami 200g (7)		
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Chleb pszenny 90g (1)• Chleb graham 30g (1)• Masło ekstra 82% 15g (7)• Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1)• Pasta jajeczna 100g (3) (7)• Sałata 10g• Ogórki świeże zielone 90g• II śniadanie• Bułka drożdżowa 100g (1) (3) (7)	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Pierogi ruskie z tłuszczem 250g (1) (7)• Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 120g (1) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10) (11)• Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g• Podwieczorek• Jogurt naturalny 100g 100g (7)	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb pszenny 120g (1)• Masło ekstra 82% 15g (7)• Herbata bez cukru 250g• Wędlina filet gotowany z kurczaka 60g (6) (10)• Cytryny 10g• Sałata 10g• Sałatka z brokułem i kukurydzą 120g (7) (1) (3)
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
<ul style="list-style-type: none">• Śniadanie• Chleb razowy żytni 120g (1)• Masło ekstra 82% 15g (7)• Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1)• Pasta jajeczna 100g (3) (7)• Sałata 10g• Ogórki świeże zielone 90g• II śniadanie• Ciastko jaglane z pastą orzechową i chia 50 g 50g (5) (7) (11)	<ul style="list-style-type: none">• Obiad• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7)• Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 200g (9) (1)• Ryż brązowy gotowany 250g• Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 120g (1) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10) (11)• Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g• Podwieczorek• Jogurt naturalny 100g 100g (7)	<ul style="list-style-type: none">• Kolacja• Chleb razowy żytni 120g (1)• Masło ekstra 82% 15g (7)• Herbata bez cukru 250g• Wędlina filet gotowany z kurczaka 60g (6) (10)• Cytryny 10g• Sałata 10g• Pomidory 90g• Posiłek nocny: kanapka z twarogiem i papryką 150g (1) (7)
Dieta łatwostrawna (5p)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Pasta jajeczna 100g (3) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Bułka drożdżowa 100g (1) (3) (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 200g (9) (1) • Ryż biały gotowany 250g • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 100g 100g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka z brokułem i pomidorem 100g (7) (1) (3)

Dieta łatwostrawna ZOL (2)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta jajeczna 100g (3) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 200g (9) (1) • Ryż biały gotowany 250g • Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka z brokułem i pomidorem 100g (7) (1) (3)
--	--	---

Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta jajeczna 100g (3) (7) • Sałata 10g • Sałatka z brokułem i pomidorem 100g (7) (1) (3) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 200g (9) (1) • Ryż brązowy gotowany 250g • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Ogórki świeże zielone 90g
--	--	--

Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)

<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta z białka jaja z natką pietruszki bez tłuszczu 100g (3) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Mus owocowy 100g 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 400g (9) (1) (7) • Potrawka z kurczaka duszona w sosie jarzynowym 200g (9) (1) • Ryż biały gotowany 250g • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt naturalny 100g 100g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Sałatka z brokułem i pomidorem 100g (7) (1) (3)
---	--	--

Jadłospis na piątek 2024-10-04

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
<ul style="list-style-type: none"> • II śniadanie • Zupa dyniowa z ryżem 400g (9) (1) (7) 		
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 90g (1) • Chleb graham 30g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (7) (4) • Sałata 10g • Papryka czerwona 90g • II śniadanie • Koktajl truskawkowy 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (9) (1) (7) • Kotlet jajeczny smażony 120g (3) (1) • Ziemniaki gotowane 250g • Fasolka szparagowa gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Galaretka owocowa 200g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser mozzarella 60g (7) • Herbata bez cukru 250g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (7) (4) • Sałata 10g • Papryka czerwona 90g • II śniadanie • Jabłka 120g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa pieczarkowa z makaronem 400g (9) (1) (7) • 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 150g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser mozzarella 60g (7) • Herbata bez cukru 250g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g • Posiłek nocny: kanapka z wędliną i ogórkiem 150g (1) (7) (6)
Dieta łatwostrawna (5p)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Paprykarz rybny (morszczuk) 100g (1) (5) (7) (8) (9) (10) (4) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Koktajl truskawkowy 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa zacierkowa 400g (9) (1) (3) • 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 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser mozzarella 60g (7) • Herbata bez cukru 250g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Paszтет drobiowy 50g 50g (1) (6) (9) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa zacierkowa 400g (9) (1) (3) • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (7) (4) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Paszтет drobiowy 50g 50g (1) (6) (9) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa zacierkowa 400g (9) (1) (3) • 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) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (7) (4) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta twarogowa z rybą gotowaną (mintaj) 100g (7) (4) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Koktajl truskawkowy 200g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa zacierkowa 400g (9) (1) (3) • Ryż biały gotowany z jabłkami prażonymi i jogurtem 420g (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Galaretka owocowa 200g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlna filet gotowany z kurczaka 60g (6) (10) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g

Jadłospis na sobota 2024-10-05

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
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 90g (1) • Chleb graham 30g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Pasta z wędliny z warzywami 100g (9) (6) (7) • Sałata 10g • Ogórki kiszone 90g • II śniadanie • Nektarynki 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1) (9) • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Sok wieloowocowy 200ml 200g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser żółty 60g (7) • Herbata bez cukru 250g • Cytryny 10g • Ogórki świeże zielone 90g • Sałata 10g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Pasta z wędliny z warzywami 100g (9) (6) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Nektarynki 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Kaszotto gryczane z mięsem drobiowym i warzywami 370g (9) • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Sałatka z buraczka, jabłka, papryki i ogórka kwaszonego z olejem 200g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser żółty 60g (7) • Herbata bez cukru 250g • Cytryny 10g • Ogórki świeże zielone 90g • Sałata 10g • Posiłek nocny: kanapka z jajkiem i pomidorem 150g (1) (7) (3)
Dieta łatwostrawna (5p)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Pasta z wędliny z warzywami 100g (9) (6) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Nektarynki 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1) (9) • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Brokuły gotowane na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Sok wieloowocowy 200ml 200g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser topiony 50g (7) • Herbata bez cukru 250g • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Kaszotto jęczmienne z mięsem drobiowym i warzywami 370g (1) (9) • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Brokuły gotowane na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta z wędliny z warzywami 100g (9) (6) (7) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Ser topiony 50g (7) • Herbata bez cukru 250g • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Kaszotto gryczane z mięsem drobiowym i warzywami 370g (9) • Sos pomidorowy 100g (7) (1) • Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta z wędliny z warzywami 100g (9) (6) (7) • Cytryny 10g • Sałata 10g • Ogórki świeże zielone 90g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Pasta z wędliny z warzywami bez tłuszczu 100g (9) (6) (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Nektarynki 100g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa ziemniaczana 400g (9) (1) (7) • Kaszotto jęczmienne z mięsem wieprzowym i warzywami bez tłuszczu 370g (1) (9) • Brokuły gotowane na parze 100g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Sok pomidorowy 300ml 300g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Bułka wrocławska 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Cytryny 10g • Sałata 10g • Pomidory 90g

Jadłospis na niedzielę 2024-10-06

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)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 90g (1) • Chleb graham 30g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5) (7) (11) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1) • Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 120g (1) (3) • Ziemniaki gotowane 250g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Ogórki konserwowe 120g (10) • Podwieczorek • Jogurt owocowy 100g 100g (7) • Wafle ryżowe 30g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Cytryny 10g • Ogórki kiszzone 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6p) (6/SPK)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Twarożek ze szczypiorkiem 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Ciastko kokosowe z migdałami 50 g 50g (5) (7) (11) 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1) • Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 120g (1) (3) • Ziemniaki gotowane 250g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Ogórki konserwowe 120g (10) • Podwieczorek • Jogurt naturalny 100g 100g (7) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb razowy żytni 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Cytryny 10g • Ogórki kiszzone 90g • Posiłek nocny: kanapka z wędliną i papryką 150g (1) (7) (6) (10)
Dieta łatwostrawna (5p)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Kawa zbożowa na mleku 250g (7) (1) • Twarożek z koperkiem 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Banany 120g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1) • Filet drobiowy gotowany bez tłuszczu 120g • Ziemniaki gotowane 250g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt owocowy 100g 100g (7) • Wafle ryżowe 30g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Cytryny 10g • Pomidory 90g
Dieta łatwostrawna ZOL (2)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Twarożek z koperkiem 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1) • Filet drobiowy gotowany bez soli 100g • Ziemniaki gotowane 250g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Marchew gotowana na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Cytryny 10g • Pomidory 90g
Dieta z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów ZOL (6)		
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Twarożek z koperkiem 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1) • Filet drobiowy gotowany bez soli 100g • Ziemniaki gotowane 250g • Sos koperkowy 100g (1) (7) • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Ogórki konserwowe 120g (10) 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb graham 120g (1) • Masło ekstra 82% 15g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Cytryny 10g • Ogórki kiszzone 90g
Dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (5p) (3/SP)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"> • Śniadanie • Chleb pszenny 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Twarożek z koperkiem 100g (7) • Sałata 10g • Pomidory 90g • II śniadanie • Banany 120g 	<ul style="list-style-type: none"> • Obiad • Zupa rosół z makaronem 400g (9) (1) • Filet drobiowy gotowany bez tłuszczu 120g • Ziemniaki gotowane 250g • Bukiet warzyw gotowany na parze 120g • Kompot owocowy z herbatą bez cukru 250g • Podwieczorek • Jogurt owocowy 100g 100g (7) • Wafle ryżowe 30g 	<ul style="list-style-type: none"> • Kolacja • Chleb pszenny 120g (1) • Masło roślinne 10g (7) • Herbata bez cukru 250g • Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 60g • Sałata 10g • Cytryny 10g • Pomidory 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 (<i>Amygdalus communis</i> L), orzechy laskowe (<i>Corylus avellana</i>), orzechy włoskie (<i>Juglans regia</i>), nerkowce (<i>Anacardium occidentale</i>), orzechy pekan (<i>Carya illinoensis</i> /Wangenh./K.Koch), orzechy brazylijskie (<i>Bertholletia excelsa</i>), pistacje (<i>Pistacia vera</i>), orzechy makadamie lub orzechy Queensland (<i>Macadamia ternifolia</i>) i produkty pochodne
9	Seler zwyczajny i produkty pochodne
10	Gorzyczka 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 SO ₂
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne