

ALERGENY MOGĄCE WYSTĘPOWAĆ W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne
2. Skorupiaki i produkty pochodne
3. Jajka i produkty pochodne
4. Ryby i produkty pochodne
5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne
6. Soja i produkty pochodne
7. Mleko i produkty pochodne
8. Orzechy tj. migdały (*Amygdalus communis* L), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), nerkowce (*Anacardium occidentale*), orzechy pekan (*Carya illinoensis/Wangenh/K.Koch*), orzechy brazylijskie (*Bertholletia exelsa*), pistacje (*Pistacia vera*), orzechy makadamie lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*) i produkty pochodne
9. Seler zwyczajny i produkty pochodne
10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu i produkty pochodne .
12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w 13
13. Łubin i produkty pochodne 1
14. Mięczaki i produkty pochodne

JADŁOSPIS 7 -DNIOWY OD 23/10/2023 DO 29/10/2023R**Szpital 116 Opole poniedziałek 23/10/2023r**

PONIEDZIAŁEK	Śniadanie...	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 2491,74 b-74g t-69,22g w-382,1g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata 250 ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg ze szczypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek wędlna kp 40g 1,3,4,7	Zupa ryżowa 400g Łazanki z kp. mięsem i kp. 350g kompot owocowy 250ml 1,3	-makrela wędzona 50g mix salat z zielonymi oliwkami 30g 4	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlna 50g ser żółty 50g 1,7,

Dieta lekkostrawna 2034,96 b-61,24g t-56,56g w-320g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg z pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek : wędlina kp 40g jabłko na parze 1szt 1,3,7	Zupa ryżowa 400g kasza jęczmienna 300g leczo z kurczakiem 200g kompot owocowy 250ml 1,9	ryz z jabłkiem prażonym 100g 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml wędlina 50g jajo gotowane 1 szt sos jogurtowy z koprem 1,7,3
Dieta cukrzycowa 2182,45 b-65,5g t-60,61g w-343,5g s-6,03g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, /kawa z mlekiem 250ml twaróg ze szczypiorkiem 70g pomidor 40g -dodatek :wędlina kp40g 1,3,4,7	Zupa ryżowa 400g Łazanki kp/z mięsem 350g kompot owocowy 250ml 1,3	- makrela wędzona 50g mix sałat z zielonymi oliwkami 30g 4	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina 50g ser żółty 50g 1,7,

Szpital 116 Opole wtorek I 24/10/2023

WTOREK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa Kc2369,6 b-70,5g t-74,5g w-350,01g sol-6,90g k.nasycone31,3	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata 250ml, wędlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tuńczyk 40g z ogórkiem kiszonym 1,7,	Zupa żurek 400ml ziemniaki puree 200g sznyceł mielony ze szpinakiem smażony 100g sałatka z ogórków 100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-jogurt naturalny z owocami 200g kisiel b/c 100ml 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml jajo gotowane 1szt wędlina kp50g ogórek 40g 1,3,
Dieta lekkostrawna Kc1697 b-79,98 w-233,20 t-55,42 s-6,8	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, wędlina kp 50g pasta twarogowa z jarzynami 60g dodatek -sałatka z pomidorów 50g 1,7	Zupa ziemniaczana 400ml ziemniaki puree 200g zraz mielony na parze 100g sos koperkowy 100ml cukinia duszona 100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-ciasteczka owsiane 3 szt owoc 1,7, 8,11	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, jajo gotowane 1szt wędlina dr 50g sałata liście 1,3

Dieta cukrzycowa Kc2222,8 b-107,2 t-97,6 w-250,50 s-8,3 kw.nasycone -37,8	Pieczywo 100g ,masło 15g, herbata 250ml,/kawa z mlekiem 250ml wędlina 50g papryka 40g sałata liście -dodatek-tuńczyk 40g z ogórkiem kiszonym 10g 1,4	Zupa żurek 400ml ziemniaki puree 200g sznyceł mielony ze szpinakiem smażony 100g sałatka z ogórków 100g kompot owocowy 250ml 1,3,9	-jogurt naturalny z owocami 200g 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, jajo gotowane 1szt wędlina 50g ogórek 40g 1,3
--	--	--	--	---

Szpital 116 Opole sroda I 25/10/2023

ŚRODA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa 1945kc b-72,07g t-61g w-286,78g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem/herbata 250ml, omlet z warzywami 80g pomidor 40g papryka 40g dodatek-wędlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml makaron spaghetti 300g sos bolognese drobiowy 200g sałatka z ogórków 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7	-jogurt owocowy 150g owoc 1szt 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, paszтет 50g ogórek 40g 1,7
Dieta lekkostrawna 1687kc b-59,59g t-46,45g w-257,7g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem /herbata 250ml, omlet z warzywami 80g pomidor 40g dodatek-wędlina dr 40g 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml ryz na sypko 200g warzywa z kurczakiem na gęsto duszone 250g kompot owocowy 250ml 1,7,9	-jabłko na parze 1szt /100g/ -jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi 100g 1,7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp 50g twaróg z pietruszka 70g 1,7
Dieta cukrzycowa 1748kc b-59,25g t-53,17g w-274,60g	Pieczywo razowe 80g ,masło 10g ,herbata 250ml, omlet z warzywami 80g pomidor 40g papryka 40g dodatek-wędlina drobiowa 40g 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml makaron razowy 300g sos bolognese drobiowy 200g sałatka z ogórków 150g kompot owocowy 250ml 1,3,7	-jogurt naturalny 150g -owoc 7,	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, paszтет drobiowy 50g ogórek 40g 1,7

Szpital 116 Opole czwartek I 26/10/2023

CZWARTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
----------	-----------	-------	--------------	---------

Dieta podstawowa 2560kc b-77,01g t-71,11g w-403,02g s-5,64g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, parowka z kurczaka 2szt ogórek kiszony 40g dodatek-jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree gotowane 200g kotlet mielony smażony 100/g 100g sałatka z brokuła na parze 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyń 100ml jabłko deserowe 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wędzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7
Dieta lekkostrawna 1825Kc b-70g t-63,94g w-245,12g sol-6,15g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, parowka z kurczaka 2szt sałata liście dodatek -jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree gotowane 200g suflet drobiowy z warzywami na parze 100g szpinak na maśle 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Mus z jabłek prażonych gz biskopciem 100g 1	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, pasta z ryby wędzonej 100g z pietruszka pomidor 40g 1,4,7
Dieta cukrzycowa 1982kc b-7,21g t-78,1 w-257,85 s-5,64g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, parowka z kurczaka 2szt ogórek kiszony 40g dodatek-jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa barszcz 400 ml, ziemniaki puree 200g kotlet mielony smażony 100g sałatka z brokuła na parze 100g Kompot owocowy 250ml, 1,9,7	Budyń b/c 100ml jabłko deserowe 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, 50g pasta z ryby wędzonej 100g ze szczypiorkiem pomidor 40g 1,4,7

Szpital 116 Opole piątek I 26/10/2023

PIĄTEK	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	
Dieta podstawowa kc2153 b-70g t-53,36g w-330,78g s-5,37g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g ,kawa zbożowa z mlekiem 250ml, / herbata 250ml jajecznic na parze 3szt/os pomidor 30g dodatek -ogórek 40g, -makrela wędzona 40g 1,3,7	Zupa ogórkowa 400ml ryz 300g szpinak na maśle 100g kotlecik warzywny smażony 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9,	-sorbet truskawkowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g, masło 15g, herbata czarna z cytryną 250mlg twaróg z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liście 1,7
Dieta lekkostrawna kc-1900 b-57g t-52,78g w299,25g s-4,989g	Pieczywo pszenno-żytnie 100g ,masło 15g kawa zbożowa z mlekiem 250ml, / herbata 250ml jajecznic na parze 3szt/os pomidor b/s 40g -dodatek : cukinia duszona 40g 1,3,7	Zupa ryżowa 400ml ziemniaki puree 200g warzywa na gęsto 200g kotlecik warzywny na parze 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-mus owocowy na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczywo pszenno-żytnie 100g, masło 85g, k herbata czarna z cytryną 250ml twaróg 100g dżem 40g 1,7

Dieta cukrzycowa kc2153 b-70g t-53,36g w-330,78g s-5,37g	Pieczyno razowe 100g ,masło 15g kawa zbożowa z mlekiem 250ml,/harbata 250ml jajecznic na parze 3zt/os pomidor 40g dodatek -ogórek 40g - -makrela wędzona 40g 1,3,7	Zupa ogórkowa 400ml ryz ciemny 300g szpinak z cebulką 200g kotlecik warzywny na parze 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-sałatka z brokuł z szynka na jogurcie naturalnym 100g 7	Pieczyno razowe 100g, masło 15g, herbata czarna z cytryną 250ml twaróg z rzodkiewką i pietruszką 100g sałata liście 1,7
--	--	---	--	---

Szpital 116 Opole sobota I 27/10/2023r

SOBOTA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
Dieta podstawowa kc2082 b-70,6 t-80,7 w-233,82g s-5,03	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, / herbata 250ml sałatka z makarony z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml, ziemniaki puree 200g.sznycel wpz warzywami smażony 100g , surówka z białej kp.z koprem 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-sałatka z brokuł z fetą 50g 7	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g wędlina kp 40g papryka 40g \ *salata 1,7
Dieta lekkostrawna kc-1779g b-89,33g t-60,82ggg w-330,25g s-5,01g	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, herbata 250ml sałatka z makarony z szynką i pietruszką 80g sałata liście -dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml, ziemniaki puree 200g.pulpet mielony na parze z warzywami 100g/ 100g ,sałatka z buraczków 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-jogurt naturalny z płatkami kukurydzianymi 100g 1,7	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp 50g pomidor 40g jablko na parze 1szt 1,7
Dieta cukrzycowa kc2082 b-70,6 t-80,7 w-250,3 s-5,03	Pieczyno 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, herbata 250ml sałatka z makarony z szynką i pietruszką 80g pomidor 40g -dodatek jajo gotowane 1szt 1,3,7	Zupa koperkowa 400ml, ziemniaki puree 200g. .pulpet mielony na parze z warzywami 100g surówka z białej kp.z koprem 100g kompot owocowy 250ml 1,3,7,9	-sałatka z brokuł z fetą 50g 1	Pieczyno 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, ser żółty 50g wędlina kp 40g papryka 40g \ *salata lisci

Szpital 116 Opole niedziela I 29.10.2023

NIEDZIELA	Śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
-----------	-----------	-------	--------------	---------

Dieta podstawowa Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, / herbata 250ml parówka na gorąco 1 szt pomidor 40g -ser camembert 40g 1,7	Zupa rosol z makaronem 400ml ziemniaki puree200g pieczeń wp 100g sos pieczeniowy 100ml surówka z kp.czerwonej z cebulką 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-budyń na mleku 100g jabłko deserowe 1szt 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp50g sałatka z zielonego ogórka ze szczypiorkiem 40 1,7
Dieta cukrzycowa Kc 2560g b-77,01g t-71,11 w-403g	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, / herbata 250ml parowka na gorąco 1szt pomidor 40g -ser camembert 40g 1,7	Zupa rosol z makaronem 400ml ziemniaki puree200g schab gotowany 100g surówka z kp.czerwonej z cebulką 100g kompot owocowy 250ml 1,9	-budyń na mleku 100g jabłko deserowe 1szt 7	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp50g sałatka z ogórka ze szczypiorkiem 40g 1,7
Dieta lekkostrawna	Pieczywo 100g ,masło 15g ,kawa z mlekiem 250ml, parowka na gorąco 1szt pomidor 40g -sałatka z brokuł z szynką 40g 1,7	Zupa rosol z makaronem 400ml ziemniaki puree200g schab gotowany 100g /sos pietruszkowy 100 cukinia duszona 100g na parze kompot owocowy 250ml 1,9	-galaretka owocowa 100g jablko na parze 1szt	Pieczywo 100g ,masło 15g ,herbata z cytryna 250ml, wędlina kp50g twaróg z pietruszką 40g 1,7

