

KUCHNIA SZPITALNA

JADŁOSPIS TYGODNIOWY 25.12.23. – 31.12.23.

Dieta	Data	25.12.23. Poniedziałek	26.12.23 Wtorek	27.12.23. Środa.	28.12.23. Czwartek.	29.12.23. Piątek.	30.12.23 Sobota.	31.12.23 Niedziela.
I ŚNIADANIE	1. Podstawowa	Chleb 150g(*1), masło 13g (*7), baleron 60g(*6), ogórek kons. 100g(*10), kiwi, herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), serek homo sm. 150g(*7), mandarynka, makaron na mleku 400g(*7) herbata 250g	Chleb 150g(*1), pasztet mazow 50g (*1,6), ogórek kons. 100g(*10) ,pł. owsiane na ml 400g(*1,7), herbata 250g	Chleb 150g(*1), masło 13 g(*7), ser żółty 40g(*7), dżem 25g, makaron na mleku 400g (*1,7),ogórek świeży 50g, herbata 250g	Chleb 150g(*1), masło 13 g(*7), jajko got na miękko 50g (*3), pasztet pieczony 50g (*1,6), sałata 30g, pł. jęczmienne na ml 400g (*1,7) herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), masło 13g (*7), marmolada 40g, manna na mleku 400g(*1,7), serek twarogowy top 50g (*7), pomidor 50g, herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1) Serek homo sm. 150g(*7), jabłko, ryż na mleku 400g(*7) herbata 250g
	3 Łatwostrawna	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), szynka gotowana 50g(*6), sałata 30g , kiwi zupa ml 400g (*1,7), herbata 250g	Chleb 150g(*1), serek homo sm. 150g(*7), mandarynka, zupa na mleku 400g(*1,7) herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), szynka gotowana 50g(*6), pomidor 100g , zupa ml 400g (*1,7), herbata 250g	Chleb 150g(*1), masło 13g(*7), wędlina 40g(*6), sałata 30g, zupa ml 400g (*1,7), dżem 25g, herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), masło 13g(*7), jajko got na miękko 50g(*3), pasztet pieczony 50g (*1,6), sałata 30g, zupa ml 400g(*7), herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), masło 13g (*7), marmolada 40g, zupa mleczna 400g (*7), serek twarogowy top 50g (*7), sałata 30g, herbata 250g	Chleb 150g(*1) Serek homo sm. 150g(*7), jabłko, ryż na mleku 400g(*7) herbata 250g
	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Ciemne pieczywo 100g (*1), masło 13g(*7), szynka got 60g (*6), sałata 30g, zupa ml b/c 400g (*1,7), herbata b/ c 250g	Chleb ciemny 100g (*1), serek homo nat. 150g (*7), mandarynka ,zupa na mleku b/c 400g (*1,7) herbata b/c 250g	Ciemne pieczywo 100g (*1), masło 13g(*7), szynka got 60g (*6), pomidor 100g, zupa ml b/c 400g(*1,7), herbata b/ c 250g	Chleb ciemny 100g (*1), masło 13 g(*7), ser żółty 40g (*7), sałata 30g, zupa na mleku b/c 400g(*7) , ogórek świeży 50g, herbata b/c 250g	Chleb ciemny 100g (*1), masło 13g(*7), 1 jajko got. na miękko 50g (*3), pasztet pieczony 50g (*1,6), sałata 30g, zupa ml b/c 400g(*1,7), herbata b/c 250g	Chleb ciemny 100g (*1), masło 13g(*7), ser żółty 40g, sałata 30g , zupa na mleku b/c 400g(*7), herbata b/c 250g	Chleb ciemny 100g (*1), serek homo naturalny 150g(*7), jabłko, zupa mleczna b/c 400g (*7), herbata b/c
II ŚNIAD	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Jogurt nat. 150g	Podpłomyki 20g	Kisiel b/cukru 150ml	Jabłko 150g	Sok pomidorowy 330g	Jogurt naturalny 150g	Podpłomyki 20g

OBIAD	1. Podstawowa	Zacierkowa 450g (*1,7,9), filet z kurczaka got 100g, sos curry 50g(*1,7,9), ryż 240g, sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g, kompot porzeczkowy 250g	Pomidorowa z ryżem450g (*1,7,9), schab wieprzowy got.100g, sos warzywny got. 50g (1,7,9) kasza jęczmienna 140g(*1), ogórek kwaszony100g, kompot 250g	Koperkowa 450g (*1,7,9), (*6), fasolka po bretońsku 300g (*1,6), pieczywo (*1), jabłko, kompot porzeczkowy 250g	Ogórkowa z ziemniakami 450g (*1,7,9), pulpet wiepdrob. got.90g(*1,3), sos chrzanowy 50g(*1,7,9), ziemniaki 250g, buraczki gotowane150g, kompot b/c250g	Kalafiorowa 450 g (*1,9,7) kasza gryczana 240 g sos pieczarkowy got. 50g(*1,7), sur. z k. pekinki z oliwą z oliwek150g, kompot b/c250g	Pieczarkowa 450g (*1,7,9), risotto z warzyw i fileta kurczaka got. 300g (1,7,9), ogórek kons.100g(*10), kompot porzeczkowy b/c 250g	Ziemniaczana z pomidorami 450g(*1,7,9), makaron 140g (*1), gulasz wieprz. got. 100g (*1,7,9), sur. z kapusty kwaszonej z oliwą 150g, kompot 250g
	3 Łatwostrawna	Zacierkowa 450g (*1,7,9), filet z kurczaka got 100g, sos curry 50g(*1,7,9), ryż 240g, sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g,, kompot b/c 250g	Pomidorowa z ryżem450g (*1,7,9), schab wieprzowy got.100g, sos warzywnym50g (1,7,9) kasza jęczmienna 140g(*1), marchewka got., kompot b/c 250g	Koperkowa 450g(*1,9), ryż z musiem jabłkowym i cynamonem 300g , herbatniki, kompot b/c 250g	Ogórkowa z ziemniakami 450g (*1,7,9), pulpet wiepdrob. got.90g(*1,3), sos warzywny 50g(*1,7,9), ziemniaki 250g, buraczki gotowane 150g, kompot b/c250g	Kalafiorowa 450 g (*1,9,7) kasza gryczana 240g, sos koperkowy got. 50 g(*1,7), sur. z k. pekinki z oliwą z oliwek 150g, kompot b/c 250g	Selerowa 450g (*1,7,9), risotto z warzyw i fileta kurczaka got. 300g (1,7,9), marchewka got 150g., kompotb/c250g	Ziemniaczana z pomidorami 450g(*1,7,9), makaron 140g (*1), sos warzywno-mięsny 100g(*1,7,9), marchewka got 150g, kompot 250g
	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Zacierkowa 450g (*1,7,9), filet z kurczaka got 100g, sos curry 50g(*1,7,9), ryż 240g, sałata lodowa z oliwą z oliwek 100g, kompot b/c 250g	Pomidorowa z ryżem450g (*1,7,9), schab wieprzowy got.100g, sos warzywnym50g (1,7,9) kasza jęczmienna 140g(*1), ogórek kwaszony, kompot b/cukru 250g	Koperkowa450g(*1,7,9), ryż z sosem jogurtowym b/c 300g (*7), jabłko 150g kompot b/c 250g	Ogórkowa z ziemniakami 450g (*1,7,9), pulpet wiepdrob. got.90g(*1,3), sos warzywny 50g(*1,7,9), ziemniaki 250g, buraczki got. 150g, kompot b/c 250g	Kalafiorowa 450 g (*1,9,7) kasza gryczana 240g, sos koperkowy got. 50 g(*1,7), sur. z k. pekinki z oliwą z oliwek 150g, kompot b/c250g	Selerowa 450g (*1,7,9), risotto z warzyw i fileta kurczaka got. 300g (1,7,9), ogórek kwaszony 100g, kompot b/c 250g	Ziemniaczana z pomidorami 450g(*1,7,9), makaron 140g (*1), sos warzywno-mięsny 100g(*1,7,9), sur. z kapusty kwaszonej z oliwą150g, kompot b/c 250g
KOLACJA	1. Podstawowa	Chleb 150g(*1), masło13g (*7), pasztet pieczony 80g (*6), chrzan 20g, herbata 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), indyk lux 60g(*6), ćwikła z chrzanem 100g, herbata 250g	Chleb 150g(*1), masło13g (*7), szynkowa dębowa.60g (*6), sałata 30g, herbata 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), baton drobiowy 60g (*6), papryka 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7),schab drobiowy 60g(*6), ogórek kwaszony 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), toruńska na gorąco 100g (*6), ketchup 22g, banan 100g, herbata b/c250g	Chleb150g (*1), masło 13g(*7), filet królewski60g (*6), pomidor 100g , herbata 250g
	3 Łatwostrawna	Chleb 150g(*1), masło13g (*7), szynkowa dębowa 60g(*6), pomidor 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), indyk lux 60g(*6), pomidor 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), masło13g (*7), szynkowa dębowa 60g(*6), sałata 30g, herbata b/c 250g	Chleb 150(*1), masło 13g(*7), baton drobiowy 60g (*6), pomidor b/s 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), schab drobiowy 60g(*6), pomidor b/s 100g herbata b/c250g	Chleb 150g (*1), toruńska na gorąco 100g (*6), pomidor b/s 100g,banan 100g herbata b/c 250g	Chleb150g (*1), masło 13g(*7), filet królewski60g (*6), pomidor 100g , herbata 250g
Dodatek do kolacji		Mus owocowy 120g	Krakersy 45g	Jabłko 150g	Chrupki kukurydziane 20g	Wafle ryżowe15g	Herbatniki 40g	Chrupki kukurydziane 20g
KOLACJA	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	ciemny chleb 150g (*1), masło13 g(*7), szynkowa dębowa 60g (*6), pomidor 100g herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), masło 13g(*7), indyk lux 60g(*6), pomidor 100g, herbata b/c 250g	ciemny chleb 150g (*1), masło13 g(*7), szynkowa dębowa 60g (*6), sałata 30g, herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), masło 13g (*7), baton drobiowy 60g (*6), papryka 100g, herbata b/cukru 250g	Chleb razowy 100g (*1), masło 13g(*7), schab drobiowy 60g(*6), ogórek kwasz 100g, herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), toruńska na gorąco 100g (*6), pomidor 100g, banan 50g herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), masło 13g (*7), filet królewski 60g (*6), pomidor 100g , herbata b/c 250g

POSILEK NOCNY	2 ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	ciemny chleb 30g z serkiem do chleba 20g (*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z jajkiem 30g pomidor 20g (*1,3), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z żółtym serem 20g i sałata 10g(*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z serkiem do chleba 20g (*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z żółtym serem 20g i pomidorem 20g (*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z twarogiem 20g i sałata 10g(*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z jajkiem 30g pomidor 20g (*1,3), herbata b/c 250g
Wartość odżywcza		1. Podstawowa: Wart. Kal 2265 kal Białka 84,8g Tłuszcze 71,9 g Węglow. 331,2 g W tym cukry 36,3 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2215 kal Białka 84,6 g Tłuszcze 69,1 g Węglow. 322,7 g W tym cukry 35,6 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2215 kal Białka 84,5 g Tłuszcze 61,9 g Węglow. 310,3g W tym cukry 32,5 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2219 kal Białka 89,8g Tłuszcze 60,6 g Węglow. 340,0 g W tym cukry 45,3 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2218 kal Białka 95,2 g Tłuszcze 60,3 g Węglow. 338,0 g W tym cukry 42,3 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2163 kal Białka 90,7 g Tłuszcze 52,5 g Węglow. 321,3g W tym cukry 24,3 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2380 kal Białka 107,5g Tłuszcze 63,9 g Węglow. 452,2 g W tym cukry 48,1 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2389 kal Białka 98,6 g Tłuszcze 53,1 g Węglow. 422,7 g W tym cukry 52,6 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2214 kal Białka 96,5 g Tłuszcze 61,9 g Węglow. 350,3g W tym cukry 38,5 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2566 kal Białka 100,1g Tłuszcze 91,3 g Węglow. 362,7 g W tym cukry 48,6 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2482 kal Białka 99,6 g Tłuszcze 83,4 g Węglow. 334,5 g W tym cukry 46,2 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2133 kal Białka 96 g Tłuszcze 83 g Węglow. 318g W tym cukry 29,1 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2351 kal Białka 69,9g Tłuszcze 57,4g Węglow. 360,5 g W tym cukry 15,1g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2362kal Białka 69,92 g Tłuszcze 57,4 g Węglow. 362,4 g W tym cukry 13,7g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2281 kal Białka 77,5 g Tłuszcze 57,4 g Węglow. 340,8g W tym cukry 12,1 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2629 kal Białka 49,9g Tłuszcze 61,9 g Węglow. 403,7 g W tym cukry 36,6g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2659 kal Białka 94,9 g Tłuszcze 61,9 g Węglow. 410,8 g W tym cukry 42,6g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2599 kal Białka 107,6 g Tłuszcze 76,0g Węglow. 406,5g W tym cukry 13,3 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2414kcal Białka 87,5g Tłuszcze 62,1 g Węglow. 360,4 g W tym cukry 41,7 g 3. Łatwostrawna: Wart. Kal 2356 kcal Białka 87,4 g Tłuszcze 54,7 g Węglow. 364,1 g W tym cukry 41,3 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów Wart. Kal 2180 kcal Białka 77,7 g Tłuszcze 61,2 g Węglow. 298,3g W tym cukry 32,8 g

Zastrzegamy że jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie

(*) oznacza, że potrawa zawiera wskazany alergen

- | | |
|---------------------------|----------------------|
| 1. <i>Gluten</i> | 8. <i>Orzechy</i> |
| 2. <i>Skorupiaki</i> | 9. <i>Seler</i> |
| 3. <i>Jaja</i> | 10. <i>Gorczyca</i> |
| 4. <i>Ryby</i> | 11. <i>Sezam</i> |
| 5. <i>Orzeszki ziemne</i> | 12. <i>Siarczany</i> |
| 6. <i>Soja</i> | 13. <i>Łubin</i> |
| 7. <i>Mleko</i> | 14. <i>Mięczaki</i> |