

KUCHNIA SZPITALNA

JADŁOSPIS TYGODNIOWY 12.02.24. – 18.02.24.

Dieta	Data	12.02.24. Poniedziałek	13.02.24 Wtorek	14.02.24. Środa.	15.02.24. Czwartek.	16.02.24. Piątek.	17.02.24 Sobota.	18.02.24 Niedziela.
I ŚNIADANIE	1. Podstawowa	Chleb 150g(*1), pasztet mazow 50g (*1,6), pomidor 100g, .pl. owsiane na ml 400g(*1,7), herbata 250g	Chleb 150g(*1), masło 13g (*7), twaróg 80g(*7), miód 25g, kiwi 80g, manna na mleku 400g(*1,7), herbata 250g	Chleb 150g(*1),serek twarogowy top. 50g (*7), pomidor 100g, powidła 40g, masło 13g(*7), ryż na mleku400g (*7), herbata 250g	Chleb 150g(*1), masło13 g(*7), ser mozzarella 40g(*7), dżem 25g, makaron na mleku 400g (*1,7),ogórek świeży 50g, herbata 250g	Chleb150g(*1), masło13 g(*7), 2 jajka got na miękko 120g(*3), sałata 30g, pl. 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), sałata 30g, herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1) Serek wiejski grysik 200g(*7), ryż na mleku 400g(*7), jabłko, herbata 250g
	3 Łatwostrawna	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), twaróg 80g(*7), marmolada 40g, kiwi 80g, zupa na mleku 400g(*1,7) herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), serek twarogowy top 50g (*7), pomidor b/s 100g , powidła 40g, masło 13g(*7), zupa ml 400g (*7), herbata250g	Chleb 150g(*1), masło13g(*7), szynka dębowa 40g(*6), sałata 30g, zupa ml 400g (*1,7), dżem 25g, herbata b/c250g	Chleb 150g(*1), masło 13g(*7), 2 jajka got na miękko 120g(*3), 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), sałata30g, herbata 250g	Chleb 150g(*1), serek wiejski grysik 200g(*7), zupa na mleku 400g(*7), jabłko, herbata 250g
	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	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 13g(*7), twaróg 80g (*7), papryka 100g, zupa na mleku b/c 400g (*1,7) herbata b/c 250g	Chleb ciemny100g (*1), serek twarogowy top. 50g (*7), pomidor 100g, zupa ml b/c 400g(*7) herbata b/c250g	Chleb ciemny 100g (*1), masło13 g(*7), ser mozzarella 40g (*7), sałata 30g, zupa na mleku b/c 400g(*7) , ogórek świeży 50g, herbata b/c 250g	Chleb ciemny 100g (*1), masło13g(*7), 2 jajko got.na miękko120g(*3), sałata 30g, zupa ml b/c 400g(*1,7), herbata b/c 250g	Chleb ciemny100g (*1), masło 13g(*7), ser mozzarella 40g, sałata 30g , zupa na mleku b/c 400g(*7), herbata b/c 250g	Chleb ciemny 100g (*1)serek wiejski grysik 200g (*7), zupa mleczna b/c 400g (*7), jabłko, herbata b/c 250g
II ŚNIAD	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Kisiel b/cukru 150ml	Kiwi 80g	Sok pomidorowy 330g	Jogurt naturalny 150g	Chrupki kukurydziane zwykle 20g	Jogurt naturalny 150g	Chrupki z kukurydziane 25g

OBIAD	1. Podstawowa	Koperkowa 450g (*1,7,9), (*6), groch z kapustą 350g(*7), pieczywo (*1), kompot porzeczkowy 250g	Rosół z makaronem 450g (*1,9), udko got. 180g, ziemniaki 250g, sur. z czerwonej kapusty z oliwą 150g, kompot porzeczkowy 250g	Buraczana 450g (*1,9,7), makaron z twarożkiem na słodko 250g(*1,7), mandarynka 50g, kompot porzecz.250g	Jarzynowa z groszkiem i kukurydzą 450g (*1,7,9), gulasz wiep. got.100g(*1,7,9), ziemniaki 250g, sałatka z buraków got, jabłek, ogórków z majonezem 150g, kompot b/c250g	Brokułowa 450 g (*1,9,7) kasza gryczana 240 g, sos pieczarkowym got. 50g(*1,7), sur. z marchewki i jabłka b/c 150g, kompot b/c250g	Selerowa 450g (*1,7,9), risotto z warzyw i fileta kurczaka got. 300g (1,7,9), ogórek kons.100g(*10), kompot porzeczkowy b/c 250g	Ogórkowa 450g (*1,7,9) makaron z sosem bolognese 300g (*1,9), sałata lodowa z oliwą50g, kompot 250g
	3 Łatwostrawna	Koperkowa 450g(*1,9), ryż z musem jabłkowym i cynamonem 300g , kompot b/c 250g	Rosół z makaronem 450g (*1,9), udko got. 180g, ziemniaki 250g, marchewka got.150g(*1), kompot b/c 250g	Buraczana 450g (*1,9,7), makaron z twarożkiem na słodko 250g(*1,7), mandarynka 50g, kompot 250g	Jarzynowa z groszkiem i kukurydzą 450g (*1,7,9), sos mięsno-warzywny wieprz. got. 100g (*1,7,9), ziemniaki 250g, buraczki got.150g, kompot b/c250g	Brokułowa 450 g (*1,9,7) kasza gryczana 240g, sos koperkowy got. 50 g(*1,7), sur. z marchewki i jabłka b/c 150g, kompotb/c 250g	Selerowa 450g (*1,7,9), risotto z warzyw i fileta kurczaka got. 300g (1,7,9), marchewka got 150g., kompotb/c250g	Ogórkowa 450g (*1,7,9) makaron z sosem bolognese 300g (*1,9), sałata lodowa z oliwą50g, kompot 250g
	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	Koperkowa450g(*1,7,9), ryż z sosem jogurtowym b/c 300g (*7), kompot b/c 250g	Rosół z makaronem 450g(*1,9) udko got. 180g, ziemniaki 250g, sur. z czerwonej kapusty z oliwą 150g, kompot b/cukru 250g	Buraczana 450g (*1,9,7), makaron z twarożkiem bez cukru 250g(*1,7), mandarynka 50g, kompot b/c	Jarzynowa z groszkiem i kukurydzą 450g (*1,7,9), sos mięsno-warzywny wiep. got.100g(*1,7,9), ziemniaki 250g(*1), ogórek kwaszony 100g, kompot b/c 250g	Brokułowa 450g (*1,9,7) kasza gryczana 240g, sos koperkowy got.. 50g(*1,7), sur. z marchewki i jabłka b/c 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	Ogórkowa 450g(*1,7,9) makaron z sosem bolognese 300g (*1,9), sałata lodowa z oliwą50g, kompot b/c 250g
KOLACJA	1. Podstawowa	Chleb 150g(*1), masło13g (*7), szynkowa dębowa.60g (*6), ogórek św, 100g, herbatab/c 250g	Chleb 150g (*1), sałatka jarzynowa z majonezem 150g (*3,7,9), szynka got.30g(*6), herbata b/c250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), paprykarz 150g (*4,6), ogórek kons.100g (*10), banan 100g, herbata b/c250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), baton drobiowy 60g (*6), papryka 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), twaróg chudy 80g(*7), papryka 100g, herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), toruńska na gorąco 100g (*6), ketchup 22g, mandarynka 50g, herbata b/c250g	Chleb 150g (*1), masło 13g(*7), indyk lux 50g(*6), ćwikła z chrzanem 100g, herbata b/c250g
	3 Łatwostrawna	Chleb 150g(*1), masło13g (*7), szynkowa dębowa 60g(*6), sałata 30g, herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), sałatka jarzynowa z jogurtem nat 150g (*3,7,9), szynka got.30g(*6), herbata b/c 250g	Chleb 150g(*1), pasta z jajek i koperku z jogurtem nat.150g, banan 100g, 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), twaróg chudy 80g(*7), pomidor b/s 100g herbata b/c250g	Chleb 150g (*1), toruńska na gorąco 100g (*6), pomidor b/s 100g, mandarynka 50g herbata b/c 250g	Chleb 150g (*1), masło13g (*7), indyk lux 50g (*6), pomidor b/s 100g, herbata b/c250g
Dodatek do kolacji		Jabłko 150g	Mus owocowy 120g	Krakersy 45g	Chrupki kukurydziane 20g	Placek drożdżowy 40g	Herbatniki 40g	Krakersy 45g
KOLACJA	2 z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	ciemny chleb 150g (*1), masło13 g(*7), szynkowa dębowa .60g (*6), ogórek św. herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), sałatka jarzynowa z jogurtem nat. 150g (*3,7,9), szynka got. 30g(*6), herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), pasta z jajek i koperku z jogurtem nat.150g, rzodkiewka 50g herbata b/cukru 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), twaróg chudy 80g(*7), papryka100g, herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), toruńska na gorąco 100g (*6), pomidor 100g, rzodkiewka 30g herbata b/c 250g	Chleb razowy 100g (*1), masło 13g (*7), indyk lux 50g(*6), pomidor 100g , herbata b/c 250g

POSILEK NOCNY	2 ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów	ciemny chleb 30g z żółtym serem 20g i sałatą 10g(*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z rzodkiewką 20g, herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z serkiem do chleba 20g (*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 mozzarella 20g i pomidorem 20g (*1,7), herbata b/c 250g	ciemny chleb 30g z twarogiem 20g i sałatą 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 2350 kal Białka 101,5g Tłuszcze 68,9 g Węglow. 432,2 g W tym cukry 46,1 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 24015 kal Białka 105,8g Tłuszcze 70,6 g Węglow. 400,0 g W tym cukry 50,3 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2298,5 kal Białka 105,8 g Tłuszcze 70,3 g Węglow. 400,0 g W tym cukry 50,3 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2063 kal Białka 108,7 g Tłuszcze 60,5 g Węglow. 323,3g W tym cukry 26,3 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2322 kal Białka 111,8 g Tłuszcze 57,9 g Węglow. 352,5 g W tym cukry 36,3 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2228 kal Białka 90,8 g Tłuszcze 54,5 g Węglow. 352,3 g W tym cukry 34,6 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2058kal Białka 89,9 g Tłuszcze 51,4 g Węglow. 257,9g W tym cukry 32,3 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2522 kal Białka 94,1g Tłuszcze 85,3 g Węglow. 302,7 g W tym cukry 42,6 g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2471,5 kal Białka 92,1 g Tłuszcze 75,4 g Węglow. 304,5 g W tym cukry 40,2 g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2467 kal Białka 82,2 g Tłuszcze 86,7 g Węglow. 293,7g W tym cukry 37,9 g	1. Podstawowa: Wart. Kal 2254 kal Białka 93,3g Tłuszcze 48,8,4g Węglow. 330,2 g W tym cukry 15,6g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2261kal Białka 90,4 g Tłuszcze 48,8 g Węglow. 332,4 g W tym cukry 17,3g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2341 kal Białka 100,5 g Tłuszcze 53,7 g Węglow. 348,4g W tym cukry 14,7 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 2572kal Białka 98g Tłuszcze 58,8 g Węglow. 306,9 g W tym cukry 74,4g 3. Łatwostrawna: War. Kal. 2560 kal Białka 98 g Tłuszcze 58,8g Węglow. 306,9 g W tym cukry 73,8g 2. z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów War. Kal. 2266 kal Białka 94,7 g Tłuszcze 45,7g Węglow. 330,4g W tym cukry 39,9 g

Zastrzegamy że jadłospis z przyczyn niezależnych może ulec zmianie

(*) oznacza, że potrawa zawiera wskazany alergen

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