

| Dieta                       | 22.lut.26 - niedziela  |  |  | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA  |  |  |
|-----------------------------|--|--|--|---|--|--|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )   | OBIAD  | KOLACJA + ( KOLACJA 21 )   | WARTOŚCI  |  |  |
| Podstawa                    | <p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6]<br/>serek fromage 80g[6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 1 szt.</p> <p>Herbata 250ml</p> | <p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br/>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p> | <p>---</p> <p>Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6]<br/>wędlina [1/5/7-10] 40g serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p> | <p>Energia: 1963 kcal,<br/>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 204g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p> |  |  |
|                             | <p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br/>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 1 szt.</p> <p>Herbata 250ml</p>         | <p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br/>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p> | <p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br/>wędlina [1/5/7-10] 40g , serek lactima 1szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>        | <p>Energia: 1963 kcal,<br/>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p> |  |  |
| Wys. Białkowa               | <p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br/>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 1 szt.</p> <p>Herbata 250ml</p>         | <p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br/>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p> | <p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br/>wędlina [1/5/7-10] 40g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>       | <p>Energia: 1963 kcal,<br/>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p> |  |  |
|                             | galaretka 250ml  | kefir 200 ml [6]   |  |   |  |  |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | <p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br/>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 1 szt.</p> <p>Herbata 250ml</p>         | <p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br/>Sałata z jogurtem 100g [6]</p> <p>Kompot 250ml</p> | <p>---</p> <p>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br/>wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g</p> <p>Herbata 250ml</p>         | <p>Energia: 1963 kcal,<br/>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g</p> |  |  |
|                             | galaretka 250 ml   | kefir 200 ml [6]   |  |   |  |  |
| Nisko Tłuszczowa            | <p>---</p> <p>Jogurt 100g [6]</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br/>wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g</p>                           | <p>Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]</p> <p>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br/>Sałata z jogurtem 100g [6]</p>                     | <p>0</p> <p>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br/>połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g</p>         | <p>Energia: 1804 kcal,<br/>Białko 83Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 209g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g</p>   |  |  |

|                        |   |  |  |  |
|------------------------|---|--|--|--|
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
| Cukrzyca               | ---   | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  | ---  | Energia: 1917kcal, Białko 86 Tłuszcze 73g w tym nasycone 23,5, węglowodany 204g w tym cukry 45g, błonnik 33g, sól 6,2g |
|                        | Pieczywo żytnie razowe 100g [1], rama 10g[6]<br>serek fromage 80g[6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g, pomarańcza 1 szt.                   | Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Sałata z jogurtem 100g [6]                                | Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło10g[6]<br>wędlina [1/5/7-10] 40g, serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g, sałata mix 10g               |  |
|                        | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>  | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>  | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>   |  |
|                        | <b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>  | <b>Kefir 200 ml [6]</b>  | <b>Kanapka 1 szt.</b>  |  |
| Dgr. Pdb. s. Żołądkowy | ---   | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  | ---  | Energia: 1804 kcal, Białko 83Tłuszcze 64g w tym nasycone 24, węglowodany 209g w tym cukry 52g, błonnik 28g, sól 6,2g   |
|                        | Jogurt 100g [6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g | Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Sałata z jogurtem 100g [6]                                | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g |  |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        |   |  |  |  |
| Mielona                | ---   | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  | ---  | Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g |
|                        | Jogurt 100g [6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>serek fromage 80g[6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g, mus tubka 100g   | Pulpet z piersi kurczaka 120g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Sałata z jogurtem 100g [6]                       | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina [1/5/7-10] 40g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g                   |  |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>  |  |  |
| Neutropeniczna         | ---   | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  | ---  | Energia: 1963 kcal, Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g |
|                        | Jogurt 100g [6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], mus tubka 100g, pasta z pomidora 100g                 | Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (seler, marchewka )120g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połędwica sopocka 40g [1/5/7-10], fasolka gotowana 100g, dżem owocowy 1 szt.                        |  |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        | <b>galaretka 250 ml</b>   | <b>jogurt vege 125g</b>  |  |  |
| Bezmleczna             | Zupa jarska 350ml   | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]  | ---  | Energia: 1820 kcal, Białko 74, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 210g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g |
|                        | ---   | Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10]                       | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połędwica sopocka 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., Pomidor 50g, sałata 10g                      |  |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |

|                      |   |   |  |   |
|----------------------|---|---|--|---|
| Dzieci               | Jogurt 100g [6]<br>---<br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6]<br>serek fromage 80g[6], pomidor 50g, sałata mix 10g,<br>pomarańcza 1 szt.<br>Herbata 250ml      | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]<br><br>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (seler, marchewka )120g<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6]<br>wędlina [1/5/7-10] 40g , serek lactima 1 szt [6], Pomidor 50g,<br>sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml   | Energia: 1963 kcal,<br>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g |
|                      | <b>galaretka 250 ml</b>   | <b>kefir 200 ml [6]</b>   |  |   |
| Bezmielczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml<br>---<br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g, mus<br>tubka 100g<br>Herbata 250ml | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]<br><br>Udko z kurczaka 160g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Sałata z sosem Vinegret 100g [5-10]<br><br>Kompot 250ml                       | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], fasolka gotowana 100g ,<br>pomidor 50g, sałata10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1820 kcal,<br>Białko 74, Tłuszcze 69g w tym nasycone 25, węglowodany 210g w tym cukry 47g, błonnik 31g, sól 6,9g |
|                      | <b>galaretka b/c 250 ml</b>   | <b>jogurt vege 125g</b>   | <b>kanapka 1 szt.</b>  |   |

|                            |   |  |  |   |
|----------------------------|---|--|--|---|
| PAPKA                      | Przetarta 500ml [1/2/8]<br><br>Herbata 250ml  | Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek<br><br>Kompot 250ml  | Przetarta 500ml [1/2/8]<br><br>Herbata 250ml   | Energia: 1963 kcal,<br>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g |
|                            | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>Galaretka do picia 250ml</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>  |   |
| Chirurgiczna popoperacyjna | ---<br>Jogurt 100g [6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g[6]<br>Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], dżem brzoskwiniowy 25g,<br>pomidor b/s 70g, sałata10g<br>Herbata 250ml | Rosół domowy z makaronem 350 ml [1/2/8]<br><br>Pulpet z piersi kurczaka 120g [1/5/7-10], sos własny do mięs 80g [1/8], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (seler, marchewka )120g<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połędwica sopočka 40g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6],<br>Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1963 kcal,<br>Białko 92, Tłuszcze 75g w tym nasycone 25, węglowodany 217g w tym cukry 50g, błonnik 29g, sól 6,2g |
|                            |   |  |  |   |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

| Dieta                       | 21.lut.26 - sobota  |   | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA  |                          |  |
|-----------------------------|---|---|---|--------------------------|--|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )  |   | OBIAD   | KOLACJA + ( KOLACJA 21 ) | WARTOŚCI   |
| Podstawa                    | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  | ---   |                          | Energia: 2242, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 224g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                             | Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata<br>roszponka 10g, banan 1 szt.        | Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6] | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g ,<br>pomidor 50g, mix sałat 10g  |                          |  |
|                             | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |                          |  |
| Lekkostrawna                | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  | ---   |                          | Energia: 2240, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 312g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                             | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata<br>roszponka 10g, banan 1 szt.       | Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6] | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g ,<br>pomidor 50g, mix sałat 10g |                          |  |
|                             | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |                          |  |
| Wys. Białkowa               | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/6/8]  | ---   |                          | Energia: 2240, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 312g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                             | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata<br>roszponka 10g, banan 1 szt.       | Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6] | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g ,<br>pomidor 50g, mix sałat 10g |                          |  |
|                             | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |                          |  |
|                             | <b>jogurt 100 g [6]</b>   | <b>serek waniliowy 100g [6]</b>   |   |                          |  |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]  | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]  | ---   |                          | Energia: 2240, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 312g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                             | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata<br>roszponka 10g, banan 1 szt.       | Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6] | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g ,<br>pomidor 50g, mix sałat 10g |                          |  |
|                             | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |                          |  |
|                             | <b>jogurt 100g [6]</b>  | <b>serek waniliowy 100g [6]</b>   |   |                          |  |
| Nisko Tłuszczowa            | ---   | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]  | 0   |                          | Energia: 2056, Białko 96, Tłuszcze 54g w tym nasycone 21, węglowodany 279g w tym cukry 80g, błonnik 27g, sól 6,7g  |
|                             | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata<br>roszponka 10g, mus tubka 100g | Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]               | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Wędlina 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor<br>B/S 50g, mix sałat 10g      |                          |  |

|                        |  |   |   |   |
|------------------------|--|---|---|---|
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
| Cukrzyca               | Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata<br>roszponka 10g, jabłko 1 szt.  | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]<br><br>Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Surówka z selera z marchewką i nasionami lnu 130g [6]                 | ---<br><br>Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., pomidor 50g,<br>mix sałat 10g                     | Energia: 2117, Białko<br>100, Tłuszcze 66g w<br>tym nasycone 30,<br>węglowodany 177g<br>w tym cukry 75g,<br>błonnik 32g, sól 5,2g |
|                        | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] <b>Bez Cukru</b>  | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>   | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>  |   |
|                        | <b>jogurt 100g [6]</b>   | <b>sok pomidorowy 200 ml</b>  | <b>Kanapka 1 szt.</b>   |   |
| Dgr. Pob. s. Zolądkowy | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata<br>roszponka 10g, mus tubka 100g        | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]<br><br>Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]                     | ---<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Wędlina 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor<br>B/S 50g, mix sałat 10g                 | Energia: 2056, Białko<br>96, Tłuszcze 54g w<br>tym nasycone 21,<br>węglowodany 279g<br>w tym cukry 80g,<br>błonnik 27g, sól 6,7g  |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        |  |   |   |   |
| Mielona                | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska mielona 50g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g,<br>sałata roszonek 10g, mus tubka 100g | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]<br><br>Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]                               | ---<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska mielona 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek<br>50g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g | Energia: 2240, Białko<br>100, Tłuszcze 60g w<br>tym nasycone 30,<br>węglowodany 312g<br>w tym cukry 75g,<br>błonnik 32g, sól 5,2g |
|                        | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]   | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        | <b>jogurt 100 [6]</b>  | <b>Sok pomidorowy 200 ml</b>  |   |   |
| Neutropeniczna         | Zupa mleczna z makaronem 300ml [6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pasta z warzyw 100g [8],<br>jabłko z pieca 1 szt.               | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]<br><br>Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]                               | ---<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g,<br>kalafior gotowany 100g                 | Energia: 2240, Białko<br>100, Tłuszcze 60g w<br>tym nasycone 30,<br>węglowodany 312g<br>w tym cukry 75g,<br>błonnik 32g, sól 5,2g |
|                        | Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]   | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        | <b>mus tubka 100g</b>  | <b>Sok pomidorowy 200 ml</b>  |   |   |
| Bezmielczna            | Kisiel 300ml<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata<br>roszponka 10g, banan 1 szt.                                    | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]<br><br>Filet drobiowy 100g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] +<br>ziemniaki 200g<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8] | ---<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g,<br>Pomidor 50g, sałata 10g                | Energia: 1925, Białko<br>82, Tłuszcze 59g w<br>tym nasycone 33,<br>węglowodany 248g<br>w tym cukry 67g,<br>błonnik 26g, sól 4,9g  |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        |  |   |   |   |

|                     |  |  |  |  |
|---------------------|--|--|--|--|
| Dzieci              | Jogurt 100/150g [6]  | Zupa wiosenna - jarzynowa 350 ml [1/8]   | ---  | Energia: 2240, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 312g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                     | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, banan 1 szt.<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Leniwe wytrawne 300g [1/2/6] + sos pomidorowy 80g[1/8]<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]<br><br>Kompot 250ml                  | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g ,<br>pomidor 50g, mix sałat 10g<br><br>Herbata 250ml |  |
|                     | <b>jogurt 100 g [6]</b>  | <b>serek waniliowy 100g [6]</b>  |  |  |
| Bezmleczna cukrzyca | Kisiel 300ml   | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]   | ---  | Energia: 1925, Białko 82, Tłuszcze 59g w tym nasycone 33, węglowodany 248g w tym cukry 67g, błonnik 26g, sól 4,9g  |
|                     | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina krakowska 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, sałata roszponka 10g, jabłko z pieca 1 szt.<br><br>Herbata 250ml           | Filet drobiowy 100g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]<br><br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pieczeń rzymska 50g [1/5/7-10], Jajko 1 szt[2]., Pomidor 50g,<br>sałata 10g<br><br>Herbata 250ml            |  |
|                     | <b>jogurt vege 125g</b>  | <b>Sok pomidorowy 200 ml</b>   | <b>Kanapka 1 szt.</b>  |  |

|                          |   |   |   |  |
|--------------------------|---|---|---|--|
| PAPKA                    | Przetarta z kalafiorem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6]   | Przetarta z kaszą manną, rybą, pestkami dyni 502g[1/2/3/8]+Kasza manna na mleku z musem owocowym 180g[1/2]<br><br>Kompot 250ml  | Przetarta z dynią i kurczakiem 493[1/2/8]<br><br>Herbata 250ml  | Energia: 2240, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 312g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                          | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>sok pomidorowy 200 ml</b>  | <b>serek waniliowy 100g [6]</b>   |  |
| Chirurgiczna popieracyna | #ADR!<br><br>Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6]<br>Wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt, pomidor b/s 70g + sałata 10g<br><br>Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | Zupa wiosenna - dyniowo/cukiniowa 350 ml [1/6/8]<br><br>Pulpet drobiowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/8] + ziemniaki 200g<br>Seler gotowany z oliwą z oliwek 130g[8]<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>Wędlina 50g [1/5/7-10], marmolada z jabłek 50g, pomidor B/S 50g, mix sałat 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 2240, Białko 100, Tłuszcze 60g w tym nasycone 30, węglowodany 312g w tym cukry 75g, błonnik 32g, sól 5,2g |
|                          |   |   |   |  |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

| Dieta                       | 20.lut.26 - piątek  |  |   | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA   |
|-----------------------------|---|--|---|--|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )  | OBIAD  | KOLACJA + ( KOLACJA 21 )  | WARTOŚCI   |
| Podstawa                    | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 2156, Białko 93, Tłuszcze 72g w tym nasycone 28, węglowodany 259g w tym cukry 100g, błonnik 37g, sól 5,6g |
|                             | Pieczywo razowe+ kajzerka 100g[1], rama 20g[6], twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 1 szt., papryka czerwona 50g, sałata mix 10g        | Kotlet smażony z dorsza 120g[1/2/3/8] , ziemniaczki 200g<br>Surówka z kapusty pekińskiej 130g [1]  | Pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g                |  |
|                             | Kakao 200ml [6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml   |  |
| Lekkostrawna                | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 2288, Białko 98, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 288g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g  |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g             | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g               |  |
|                             | Kakao 200ml [6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml   |  |
| Wys. Białkowa               | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 2288, Białko 98, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 288g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g  |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g             | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g               |  |
|                             | Kakao 200ml [6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml   |  |
|                             | jogurt owocowy 100g [6]   | Kefir 200 ml [6]   |   |  |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]  | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 2288, Białko 98, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 288g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g  |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g             | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8] | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, roszponka 10g               |  |
|                             | Kakao 200ml [6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml   |  |
|                             | jogurt owocowy 100g [6]   | Kefir 200 ml [6]   |   |  |
| Nisko Tłuszczowa            | ---   | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | 0   | Energia: 2205, Białko 100, Tłuszcze 69g w tym nasycone 27, węglowodany 282g w tym cukry 93g, błonnik 34g, sól 6,2g |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]   | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 50g, roszponka 10g |  |

|                        |  |   |   |  |
|------------------------|--|---|---|--|
|                        | Herbata czerwona 250ml   | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
| Cukrzyca               | Pieczywo graham 100g[1], rama 20g[6],<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 1 szt., papryka<br>czerwona 50g, sałata mix 10g               | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]<br><br>Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1],<br>ziemniaczki 200g<br>Surówka z kapusty pekińskiej 130g [1] | ---   | Energia: 2253, Białko<br>91, Tłuszcze 81g w<br>tym nasycone 28,<br>węglowodany 265g<br>w tym cukry 100g,<br>błonnik 37g, sól 5,6g  |
|                        | Kakao 260ml [6] <b>Bez Cukru</b>   | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>   | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>  |  |
|                        | <b>jogurt naturalny 100 [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>   | <b>Kanapka 1 szt.</b>   |  |
| Dgr. Pdb. s. Żołądkowy | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]   | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]   | ---   | Energia: 2205, Białko<br>100, Tłuszcze 69g w<br>tym nasycone 27,<br>węglowodany 282g<br>w tym cukry 93g,<br>błonnik 34g, sól 6,2g  |
|                        | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 1 szt.,<br>pomidor b/s 50g, sałata mix 10g | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1],<br>ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew)<br>130g [1/8]        | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>pasta z białek jaj 70g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s<br>50g, rozszponka 10g |  |
|                        | Herbata czerwona 250ml   | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
| Mielona                | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]   | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]   | ---   | Energia: 2288, Białko<br>98, Tłuszcze 78g w<br>tym nasycone 29<br>węglowodany 288g<br>w tym cukry 100g,<br>błonnik 34g, sól 6,3g   |
|                        | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 1 szt.,<br>pomidor b/s 50g, sałata mix 10g | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1],<br>ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew)<br>130g [1/8]        | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Pasta z jaj 80g [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor b/s 50g,<br>roszponka 10g         |  |
|                        | Kakao 200ml [6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                        | <b>jogurt 100 g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>   |   |  |
| Neutropeniczna         | Zupa mleczna z kaszą manną 300ml [1,6]   | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]   | ---   | Energia: 2288, Białko<br>98, Tłuszcze 78g w<br>tym nasycone 29<br>węglowodany 288g<br>w tym cukry 100g,<br>błonnik 34g, sól 6,3g   |
|                        | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6],<br>wędlina 50g [1/5/7-10] , pasta z pomidora 100g [1/6/8] ,<br>jabłko z pieca 1 szt.       | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1],<br>ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka,<br>marchew) 130g [1/8]      | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], pasztet 70g [1/2/8], brokuł gotowany 100g                              |  |
|                        | Kakao 260ml [6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                        | <b>wafle ryżowe 3 szt.</b>   | <b>budyń 250 ml[1/6]</b>  |   |  |
| Bezmielczna            | Zupa jarska 350ml  | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]   | ---   | Energia: 2292, Białko<br>90, Tłuszcze 85g w<br>tym nasycon 18,75,<br>węglowodany 274g<br>w tym cukry 88g,<br>błonnik 41g, sól 6,5g |
|                        | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 1 szt. ,<br>sałata 10g                | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1],<br>ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka,<br>marchew) 130g [1/8]      | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], pasztet 70g [1/2/8], pomidor 50g, rozszponka<br>10g                    |  |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |

|                      |   |  |   |   |
|----------------------|---|--|---|---|
| Dzieci               | Jogurt 100/150g [6]   | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 2288, Białko 98, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 288g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g   |
|                      | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g<br><br>Kakao 260ml [6]    | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8]<br><br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], serek deliser 1 szt. [6], Pomidor 50g, rozszponka 10g<br><br>Herbata 250ml |   |
|                      | <b>jogurt owocowy 100g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>  |   |   |
| Bezmielczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml   | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 2292, Białko 90, Tłuszcze 85g w tym nasycon 18,75, węglowodany 274g w tym cukry 88g, błonnik 41g, sól 6,5g |
|                      | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, jabłko z pieca 1 szt., sałata 10g<br><br>Herbata czerwona 250ml | Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, fasolka, marchew) 130g [1/8]<br><br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], pasztet 70g [1/2/8], pomidor 50g, rozszponka 10g<br><br>Herbata 250ml      |   |
|                      | <b>wafle ryżowe 3 szt.</b>  | <b>jogurt vege 125g</b>  | <b>Kanapka 1 szt.</b>   |   |

|                          |  |   |  |   |
|--------------------------|--|---|--|---|
| PAPKA                    | Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]<br><br>Kakao 260ml [6]   | Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g+MUS JABŁKOWY z cukrem 220g<br><br>Kompot 250ml  | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem [1/2/8] 502g<br><br>Herbata 250ml  | Energia: 2288, Białko 98, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 288g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                          | <b>Jogurt 100g [6]</b>   | <b>Kisiel do picia 250 ml [1]</b>   | <b>Kefir 200 ml [6]</b>  |   |
| Chirurgiczna poporacyjna | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g[1], rama 10g[6]<br>twarożek śmietankowy 100g [6], jabłko z pieca 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml | Pomidorowa z makaronem 350 ml [1/8]<br><br>Pulpet z dorsza 120g[1/2/3/8] sos szpinakowy 80g [1], ziemniaczki 200g<br>Warzywa na parze z oliwą z oliwek (cukinia, seler, marchew) 130g [1/8]<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 30g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, rozszponka 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 2288, Białko 98, Tłuszcze 78g w tym nasycone 29 węglowodany 288g w tym cukry 100g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                          |  |   |  |   |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 tulin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

| Dieta                       | 19.lut.26 - czwartek  |   | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA  |  |
|-----------------------------|---|---|---|--|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )  | OBIAD   | KOLACJA + ( KOLACJA 21 )  | WARTOŚCI   |
| Podstawa                    | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mandarynka 1 szt. ,<br>pomidor 50g, sałata 10g<br><br>Kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z<br>ziarnami siemienia lnianego 130g [1]<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>Pieczywo żytnie razowe 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1911 kcal,<br>Białko 68, Tłuszcze<br>46g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>275g w tym cukty<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
|                             | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mandarynka 1 szt. ,<br>pomidor 50g, sałata 10g<br><br>Kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z<br>ziarnami siemienia lnianego 130g [1]<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g<br><br>Herbata 250ml       | Energia: 1909 kcal,<br>Białko 68, Tłuszcze<br>46g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>287g w tym cukty<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
| Wys. Białkowa               | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mandarynka 1 szt. ,<br>pomidor 50g, sałata 10g<br><br>Kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z<br>ziarnami siemienia lnianego 130g [1]<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g<br><br>Herbata 250ml       | Energia: 1909 kcal,<br>Białko 68, Tłuszcze<br>46g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>287g w tym cukty<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
|                             | <b>Jogurt owocowy 100g [6]</b>  |   | <b>budyń 250g [1/6]</b>   |  |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mandarynka 1 szt. ,<br>pomidor 50g, sałata 10g<br><br>Kawa z mlekiem 250ml [1/6] | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z<br>ziarnami siemienia lnianego 130g [1]<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g<br><br>Herbata 250ml       | Energia: 1909 kcal,<br>Białko 68, Tłuszcze<br>46g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>287g w tym cukty<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
|                             | <b>Jogurt owocowy 100g [6]</b>  |   | <b>budyń 250g [1/6]</b>   |  |
| Nisko Tłuszczowa            | ---   | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]  | 0<br><br>pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie bez groszku 220g [3], sałata 30g                  | Energia: 1957, Białko<br>68, Tłuszcze 48g w<br>tym nasycone 26,8,<br>węglowodany 292g<br>w tym cukty 71g,<br>błonnik 40g, sól 7,9g       |
|                             | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g , pomidor<br>b/s 50g, sałata 10g   |   |   |  |

|                        |  |  |  |  |
|------------------------|--|--|--|--|
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
| Cukrzyca               | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g [6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mandarynka 1 szt. ,<br>pomidor 50g, sałata 10g  | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Pyzy z mięsem posypane koprem 4 szt. 300g [1/2/8]<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z<br>ziarnami siemienia lnianego 130g [1] | ---<br><br>Pieczywo żytnie razowe 100g [1], masło 10g [6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g        | Energia: 1849 kcal,<br>Białko 70, Tłuszcze<br>54g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>236g w tym cukry<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
|                        | Kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>  | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>  | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>   |  |
|                        | <b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>   | <b>Budyń b/c 250 g [1/6]</b>   | <b>Kanapka 1 szt.</b>  |  |
| Dgr. Pdb. s. Żołądkowy | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g, pomidor<br>b/s 50g, sałata 10g          | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]   | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6]<br>Morszczuk w galarecie bez groszku 220g [3], sałata 30g  | Energia: 1957, Białko<br>68, Tłuszcze 48g w<br>tym nasycone 26,8,<br>węglowodany 292g<br>w tym cukry 71g,<br>błonnik 40g, sól 7,9g       |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        |  |  |  |  |
| Mielona                | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6]<br>Szynka wędzona mielona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g ,<br>pomidor b/s 50g, sałata 10g | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]   | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6]<br>Morszczuk rozdrobniony w galarecie 220g [3], sałata 30g | Energia: 1909 kcal,<br>Białko 68, Tłuszcze<br>46g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>287g w tym cukry<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
|                        | Kawa z mlekiem 250ml [1/6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        | <b>jogurt 100g [6]</b>   | <b>Budyń 250g [1/6]</b>  |  |  |
| Neutropeniczna         | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g  | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]   | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g              | Energia: 1909 kcal,<br>Białko 68, Tłuszcze<br>46g w tym nasycone<br>24,3, węglowodany<br>287g w tym cukry<br>75g, błonnik 42g, sól<br>8g |
|                        | Kawa z mlekiem 250ml [1/6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        | <b>jogurt vege 125g</b>  | <b>Budyń 250g [1/6]</b>  |  |  |
| Bezmielczna            | Kisiel 300ml<br><br>Pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g [6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g , pomidor<br>50g, sałata 10g  | Zupa krupnik 350 ml [1/8]<br><br>Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z<br>ziarnami siemienia lnianego 130g [1]  | ---<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], masło 10g [6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g              | Energia: 1822, Białko<br>109, Tłuszcze 68g w<br>tym nasycone 26,8,<br>węglowodany 289g<br>w tym cukry 67g,<br>błonnik 37g, sól 9g        |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                        |  |  |  |  |

|                     |   |  |  |  |
|---------------------|---|--|--|--|
| Dzieci              | ---   | Zupa krupnik 350 ml [1/8]  | ---  | Energia: 1911 kcal, Białko 68, Tłuszcze 46g w tym nasycone 24,3, węglowodany 275g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g |
|                     | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mandarynka 1 szt. ,<br>pomidor 50g, sałata 10g<br>Herbata 250ml | Knedle z morelą 5 szt. 300g [1/2]+ frużelina 60g<br>Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]<br>Kompot 250ml  | pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g<br>Herbata 250ml |  |
|                     | <b>Jogurt owocowy 100g [6]</b>  | <b>budyń 250g[1/6]</b>   |  |  |
| Bezmleczna cukrzyca | Kisiel 300ml  | Zupa krupnik 350 ml [1/8]  | ---  | Energia: 1822, Białko 109, Tłuszcze 68g w tym nasycone 26,8, węglowodany 289g w tym cukry 67g, błonnik 37g, sól 9g     |
|                     | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka wędzona 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g, pomidor 50g, sałata 10g<br>Herbata 250ml        | Pyzy z mięsem posypane koprem 4 szt. 300g [1/2/8]<br>Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]<br>Kompot 250ml | pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk w galarecie 220g [3], sałata 30g<br>Herbata 250ml |  |
|                     | <b>jogurt vege 125g</b>   | <b>Budyń na napoju owsianym 250 g [1]</b>  | <b>Kanapka 1 szt.</b>  |  |

|                          |   |  |   |  |
|--------------------------|---|--|---|--|
| PAPKA                    | Przetarta z kaszą jaglaną i schabem i dynią 512 [1/2/8]   | Przetarta z cukinią i schabem i siemieniem [1/2/8] 488g  | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8] 502g   | Energia: 1909 kcal, Białko 68, Tłuszcze 46g w tym nasycone 24,3, węglowodany 287g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g |
|                          | Kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml   | Herbata 250ml   |  |
|                          | <b>jogurt 100g [6]</b>  | <b>Budyń 250 g [1]</b>   | <b>Mus tubka 100g</b>   |  |
| Chirurgiczna poopercyjna | Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]<br>---  | Zupa krupnik 350 ml [1/8]  | ---   | Energia: 1909 kcal, Białko 68, Tłuszcze 46g w tym nasycone 24,3, węglowodany 287g w tym cukry 75g, błonnik 42g, sól 8g |
|                          | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>Szynka gotowana 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g, pomidor b/s 50g, sałata 10g<br>Herbata 250ml | Pulpet 110g w sosie koperkowym 80g [1/8] , ziemniaki 200g<br>Marchewka gotowana z olejem rzepakowym 130g [1]<br>Kompot 250ml | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>Morszczuk rozdrobniony w galarecie 220g [3], sałata 30g<br>Herbata 250ml |  |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posilek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

| Dieta                       | 18.lut.26 - środa  |  |  | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA   |  |
|-----------------------------|--|--|--|--|--|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )   | OBIAD  | KOLACJA + ( KOLACJA 21 )   | WARTOŚCI   |  |
| Podstawa                    | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]   | Zupa dyniowa 350g [1/8]  | ---  | Energia: 2234kcal,<br>Białko 91 Tłuszcze 81<br>g w tym nasycone<br>25, węglowodany<br>178g w tym cukry<br>88g, błonnik 40g, sól<br>4,9g      |  |
|                             | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan<br>1 szt.<br>Herbata 250ml   | Bigos z kapusty białej 300g [1/5-8] + ziemniaki 200g<br>0<br>Kompot 250ml  | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], biała rzodkiew<br>50g, roszonek 10g<br>Herbata 250ml |  |  |
| Lekkostrawna                | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]   | Zupa dyniowa 350g [1/8]  | ---  | Energia: 2236 kcal,<br>Białko 98, Tłuszcze<br>73g w tym nasycone<br>26,8, węglowodany<br>282g w tym cukry<br>80,6g, błonnik 34g,<br>sól 5,1g |  |
|                             | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan<br>1 szt.<br>Herbata 250ml  | Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g<br>[1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]<br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g,<br>roszonek 10g<br>Herbata 250ml        |  |  |
| Wys. Białkowa               | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]   | Zupa dyniowa 350g [1/8]  | ---  | Energia: 2236 kcal,<br>Białko 98, Tłuszcze<br>73g w tym nasycone<br>26,8, węglowodany<br>282g w tym cukry<br>80,6g, błonnik 34g,<br>sól 5,1g |  |
|                             | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g , rukola 10g, banan<br>1 szt.<br>Herbata 250ml | Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g<br>[1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]<br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g,<br>roszonek 10g<br>Herbata 250ml        |  |  |
|                             | jogurt 100g [6]  | kisiel 250 ml  |  |  |  |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]   | Zupa dyniowa 350g [1/8]  | ---  | Energia: 2236 kcal,<br>Białko 98, Tłuszcze<br>73g w tym nasycone<br>26,8, węglowodany<br>282g w tym cukry<br>80,6g, błonnik 34g,<br>sól 5,1g |  |
|                             | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan<br>1 szt.<br>Herbata 250ml  | Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g<br>[1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]<br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g,<br>roszonek 10g<br>Herbata 250ml        |  |  |
|                             | jogurt 100g[6]   | kisiel 250 ml  |  |  |  |
| Nisko Tłuszczowa            | ---  | Zupa dyniowa 350g [1/8]  | 0  | Energia: 2218 kcal,<br>Białko 97, Tłuszcze<br>73g w tym nasycone<br>21, węglowodany<br>278g w tym cukry<br>84g, błonnik 28g, sól<br>5,2g     |  |
|                             | pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g,<br>banan 1 szt.                  | Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g<br>[1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g                     | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor b/s 50g,<br>roszonek 10g                     |  |  |

|                        |   |  |  |   |
|------------------------|---|--|--|---|
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml                            |   |
| Cukrzyca               | Pieczywo razowe 100g [1], maslo10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, jablko 1 szt.   | Zupa dyniowa 350g [1/8]<br><br>Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8] | ---                                      | Energia: 2247kcal,<br>Białko 98, Tłuszcze 81g w tym nasycone 25, węglowodany 175g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 5,2g      |
|                        | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>  | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>  | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>           |   |
|                        | <b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>  | <b>kisiel b/c 250ml</b>  | <b>kanapka 1 szt.</b>                    |   |
| Dgr. Pob. s. Żołądkowy | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, banan 1 szt. | Zupa dyniowa 350g [1/8]<br><br>Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g     | ---                                      | Energia: 2218 kcal,<br>Białko 97, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 278g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g     |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml                            |   |
|                        |   |  |  |   |
| Mielona                | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor b/s 50g, rukola 10g, banan 1 szt. | Zupa dyniowa 350g [1/8]<br><br>Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g     | ---                                      | Energia: 2236 kcal,<br>Białko 98, Tłuszcze 73g w tym nasycone 26,8, węglowodany 282g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], |   |
|                        | <b>jogurt 100g[6]</b>   | <b>kisiel 250 ml</b>   |  |   |
| Neutropeniczna         | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]<br><br>Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], mus owocowy 100g, pasta z pomidora 100g          | Zupa dyniowa 350g [1/8]<br><br>Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g     | ---                                      | Energia: 2236 kcal,<br>Białko 98, Tłuszcze 73g w tym nasycone 26,8, węglowodany 282g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml                            |   |
|                        | <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>  | <b>kisiel 250 ml</b>   |  |   |
| Bezmielczna            | Zupa jarska 350ml<br><br>pieczywo pszenne 100g [1], maslo10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt.                           | Zupa dyniowa 350g [1/8]<br><br>Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g     | ---                                      | Energia: 2117kcal,<br>Białko 83, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 265g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g      |
|                        | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml                            |   |
|                        |   |  |  |   |

|                     |  |   |   |  |
|---------------------|--|---|---|--|
| Dzieci              | ---  | Zupa dyniowa 350g [1/8]   | ---   | Energia: 2236 kcal, Białko 98, Tłuszcze 73g w tym nasycone 26,8, węglowodany 282g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
|                     | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>serek wiejski lekki 150g [6], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1 szt.<br>Herbata 250ml | Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g<br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10], pomidor 50g, roszponka 10g<br>Herbata 250ml |  |
|                     | <b>jogurt 100g[6]</b>  | <b>kisiel 250 ml</b>  |   |  |
| Bezmleczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml  | Zupa dyniowa 350g [1/8]   | ---   | Energia: 2117kcal, Białko 83, Tłuszcze 73g w tym nasycone 25, węglowodany 265g w tym cukry 75g, błonnik 39g, sól 5,2g      |
|                     | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], pomidor 50g, rukola 10g, banan 1szt.<br>Herbata 250ml        | Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g<br>Kompot 250ml | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasztet domowy z szynki 120g [1/5/7-10],pomidor 50g, roszponka 10g<br>Herbata 250ml  |  |
|                     | <b>sok warzywny 300 ml [8]</b>   | <b>kisiel b/c 250ml</b>   | <b>kanapka 1 szt.</b>   |  |

|                           |   |  |  |  |
|---------------------------|---|--|--|--|
| PAPKA                     | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]  | Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g  | Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]  | Energia: 2236 kcal, Białko 98, Tłuszcze 73g w tym nasycone 26,8, węglowodany 282g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
|                           | Herbata 250ml   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |  |
|                           | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>kisiel 250ml</b>  | <b>sok warzywny 200 ml</b>   |  |
| Chirurgiczna poporacyczna | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata 10g, mus owocowy 100g<br>Herbata 250ml | Zupa dyniowa 350g [1/8]<br>Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g<br>Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g<br>Kompot 250ml | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g<br>Herbata 250ml | Energia: 2236 kcal, Białko 98, Tłuszcze 73g w tym nasycone 26,8, węglowodany 282g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g |
|                           |   |  |  |  |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

| Dieta                       | 17.lut.26 - wtorek  |   | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA  |  |
|-----------------------------|---|---|---|--|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )  | OBIAD   | KOLACJA + ( KOLACJA 21 )  | WARTOŚCI   |
| Podstawa                    | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]   | Fasolowa na wędzonce 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2451kcal,<br>Białko 115g, Tłuszcze 81g w tym nasycone 31,6, węglowodany 232g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g                   |
|                             | Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt.,<br>mandarynka 1 szt.  | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], pomidor 50g, sałata mix 10g     |  |
|                             | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
| Lekkostrawna                | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]   | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2338 kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt.,<br>mandarynka 1 szt. | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor 50g,<br>sałata mix 10g          |  |
|                             | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
| Wys. Białkowa               | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]   | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2338 kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt.,<br>mandarynka 1 szt. | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor 50g,<br>sałata mix 10g          |  |
|                             | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                             | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>   |   |  |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]   | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2338 kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt.,<br>mandarynka 1 szt. | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor 50g,<br>sałata mix 10g          |  |
|                             | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                             | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>   |   |  |
| Nisko Tłuszczowa            | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]   | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2374kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 311g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g    |
|                             | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka 100g       | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g |  |

|                        |   |   |   |  |
|------------------------|---|---|---|--|
|                        | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
| Cukrzyca               | Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt.,<br>mandarynka 1 szt.   | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]<br><br>Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g<br>[1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | ---<br><br>Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], pomidor<br>50g, sałata mix 10g     | Energia: 2044 kcal,<br>Białko 87, Tłuszcze<br>79g w tym nasycone<br>30,4 węglowodany<br>167g w tym cukry<br>46g, błonnik 40g, sól<br>5,7g                        |
|                        | kawa z mlekiem 250ml [1/6] <b>Bez Cukru</b>   | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>   | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>  |  |
|                        | <b>jogurt naturalny 100g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>   | <b>kanapka 1 szt.</b>   |  |
| Dgr. Pdb. s. Zolądkowy | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]<br><br>Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka<br>100g | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]<br><br>Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g<br>[1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor b/s<br>50g, sałata mix 10g | Energia: 2374kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze<br>76g w tym kwasy<br>tłuszczowe nasycone<br>30g, węglowodany<br>311g w tym cukry<br>60g, błonnik 36g, sól<br>6,3g    |
|                        | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                        |   |   |   |  |
| Mielona                | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]<br><br>Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka<br>100g | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]<br><br>Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g<br>[1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka - mielona 80g [1/5/7-10], miód 1 szt.,<br>Pomidor 50g, sałata mix 10g   | Energia: 2338 kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze<br>76g w tym kwasy<br>tłuszczowe nasycone<br>31,2g, węglowodany<br>305g w tym cukry<br>53g, błonnik 34g, sól<br>6,3g |
|                        | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                        | <b>Jogurt 100g [6]</b>  | <b>kefir 200 ml [6]</b>   |   |  |
| Neutropeniczna         | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]<br><br>Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka<br>100g | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]<br><br>Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g<br>[1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], oliwki<br>zielone 50g                 | Energia: 2338 kcal,<br>Białko 94g, Tłuszcze<br>76g w tym kwasy<br>tłuszczowe nasycone<br>31,2g, węglowodany<br>305g w tym cukry<br>53g, błonnik 34g, sól<br>6,3g |
|                        | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                        | <b>jogurt vege 125g</b>   | <b>wafle ryżowe 3 szt.</b>  |   |  |
| Bezmielczna            | Kisiel 300ml<br><br>Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka<br>100g                        | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]<br><br>Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g<br>[1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | ---<br><br>pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt.[2], Pomidor<br>50g, sałata 10g             | Energia: 2250 kcal,<br>Białko 99g, Tłuszcze<br>77g w tym kwasy<br>tłuszczowe nasycone<br>18,3g, węglowodany<br>283g w tym cukry<br>62g, błonnik 37g, sól<br>6,3g |
|                        | kawa z mlekiem 250ml [1/6]  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |  |
|                        |   |   |   |  |

|                     |  |   |   |   |
|---------------------|--|---|---|---|
| Dzieci              | Jogurt 100g [6]  | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2338 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                     | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt.,<br>mandarynka 1 szt. | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo pszenne 70g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., Pomidor 50g,<br>sałata mix 10g |   |
|                     | <b>Jogurt 100g [6]</b>   | <b>kefir 200 ml [6]</b>   |   |   |
| Bezmleczna cukrzyca | Kisiel 300ml   | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]   | ---   | Energia: 2250 kcal, Białko 99g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 18,3g, węglowodany 283g w tym cukry 62g, błonnik 37g, sól 6,3g |
|                     | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus tubka<br>100g   | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ryż paraboliczny 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], jajko 1 szt. [2], papryka<br>50g, sałata 10g |   |
|                     | <b>jogurt vege 125g</b>  | <b>wafle ryżowe 3 szt.</b>  | <b>kanapka 1 szt.</b>   |   |

|                          |  |  |  |   |
|--------------------------|--|--|--|---|
| PAPKA                    | Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g   | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słońcem [2/8] 502g                  | Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g   | Energia: 2338 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                          | kawa z mlekiem 250ml [1/6]   | Kompot 250ml   | Herbata 250ml  |   |
|                          | <b>Jogurt 100g [6]</b>   | <b>kefir 200 ml [6]</b>  | <b>mus tubka 100g</b>  |   |
| Chirurgiczna poopercyjna | Zupa mleczna z kluskami 300ml [1/6]  | Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8]  | ---  | Energia: 2338 kcal, Białko 94g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 305g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g |
|                          | Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], mus tubka<br>100g | Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g<br>buraczki gotowane 130g | pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6]<br>połudwica sopocka 40g [1/5/7-10], miód 1 szt., pomidor b/s<br>50g, sałata 10g |   |
|                          | kawa z mlekiem 250ml [1/6]   | Kompot 250ml   |  |   |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**

| Dieta                       | 16.lut.26 - poniedziałek   |   |  | JADŁOSPIS WSZYSTKIE SZPITALA  |
|-----------------------------|--|---|--|---|
|                             | ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )   | OBIAD   | KOLACJA + ( KOLACJA 21 )   | WARTOŚCI  |
| Podstawa                    | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.<br><br>Kakao 200ml          | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1990kcal,<br>Białko 90g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 203g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                             | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.<br><br>Kakao 200ml   | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1992kcal,<br>Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
| Wys. Białkowa               | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.<br><br>Kakao 200ml   | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1992kcal,<br>Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                             | <b>jogurt 100g [6]</b>   | <b>kisiel 250 ml</b>  |  |   |
| Wys. Białkowa (Ginekologia) | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.<br><br>Kakao 200ml   | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g<br><br>Kompot 250ml | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g<br><br>Herbata 250ml | Energia: 1992kcal,<br>Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                             | <b>jogurt 100g [6]</b>   | <b>kisiel 250 ml</b>  |  |   |
| Nisko Tłuszczowa            | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt. | Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]        | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g                  | Energia: 2034kcal,<br>Białko 95g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 222g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4.8g |

|                        |  |   |   |   |
|------------------------|--|---|---|---|
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
| Cukrzyca               | pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.   | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g                                 | ---<br><br>pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], ogórek kiszony 50g, sałata mix 10g         | Energia: 1966kcal,<br>Białko 85g, Tłuszcze 80g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 194g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                        | Kakao 200ml <b>Bez Cukru</b>   | Kompot 250ml <b>Bez Cukru</b>   | Herbata 250ml <b>Bez Cukru</b>  |   |
|                        | jogurt 100g[6]   | kisiel b/c 250 ml   | kanapka 1 szt.  |   |
| Dgr. Pob. s. Żołądkowy | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt. | Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]                    | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g         | Energia: 2034kcal,<br>Białko 95g, Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 222g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        |  |   |   |   |
| Mielona                | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt. | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>pulpet z szynki 120g [1/2] w sosie własnym 80g [1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina mielona 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., b/s pomidor 50g, sałata mix 10g | Energia: 1992kcal,<br>Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                        | Kakao 200ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        | jogurt 100g [6]  | kisiel 250 ml   |   |   |
| Neutropeniczna         | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt.            | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g                                 | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., mus tubka 100g                           | Energia: 1992kcal,<br>Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                        | Kakao 200ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        | jogurt vege 125g   | kisiel 250 ml   |   |   |
| Bezmielczna            | Zupa jarska 350ml<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt.  | Zupa kalafiorowa 350ml [8]<br><br>gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g                                 | ---<br><br>pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g              | Energia: 1853 kcal,<br>białko: 78g, tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 203g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g |
|                        | Herbata 250ml  | Kompot 250ml  | Herbata 250ml   |   |
|                        |  |   |   |   |

|                     |   |   |   |  |
|---------------------|---|---|---|--|
| Dzieci              | Jogurt 100g [6]   | Zupa kalafiorowa 350ml [8]  | ---   | Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                     | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt.<br>Kakao 200ml            | gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g<br>Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g<br>Herbata 250ml |  |
|                     | <b>jogurt 100g [6]</b>  | <b>kisiel 250 ml</b>  |   |  |
| Bezmleczna cukrzyca | Zupa jarska 350ml   | Zupa kalafiorowa 350ml [8]  | ---   | Energia: 1853 kcal, białko: 78g, tłuszcze 72g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 27g, węglowodany 203g w tym cukry 56g, błonnik 36g, sól 5,3g |
|                     | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt.<br>Herbata 250ml | gulasz wieprzowy 180g[1/8], kasza bulgur 200g [1]<br>Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g<br>Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], tuńczyk 50g, pomidor 50g, sałata mix 10g<br>Herbata 250ml          |  |
|                     | <b>jogurt vege 125g</b>   | <b>kisiel b/c 250 ml</b>  | <b>kanapka 1 szt.</b>   |  |

|                           |   |  |   |  |
|---------------------------|---|--|---|--|
| PAPKA                     | Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]<br><br>Kakao 200ml   | Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g<br><br>Kompot 250ml  | Przetarta z brokułem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]<br><br>Herbata 250ml  | Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                           | <b>Jogurt naturalny 100g [6]</b>  | <b>kisiel 250 ml</b>   | <b>galaretka 250 ml</b>   |  |
| Chirurgiczna poporacyczna | Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]<br>Jogurt 100g [6]   | Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]  | ---   | Energia: 1992kcal, Białko 91g, Tłuszcze 77g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 216g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g |
|                           | pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6]<br>wędlina 50g[1/5/7-10], twaróg 80g [6], jabłko pieczone 1 szt.<br>Herbata 250ml | pulpet z szynki 120g [1/2] w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g<br>Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8]<br>Kompot 250ml | pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6]<br>wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g<br>Herbata 250ml |  |

### Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posiłek"

**Alergeny: 1 gluten, 2 jaja, 3 ryby, 4 orzeszki ziemne, 5 soja, 6 mleko/laktoza, 7 orzechy, 8 seler, 9 gorczyca, 10 sezam, 11 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki**