

Jadłospisy tygodniowe z 44. tygodnia, tj. od dnia 2023-10-30 do dnia 2023-11-05 SZPITAL

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-10-30 poniedziałek	01. Dieta podstawowa	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Parówka na gorąco 1 szt Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa barszcz ukraiński I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Kopytka w sosie pieczarkowym 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Surówka z marchwi i chrzanu I 150 g (MLE,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta rybna 80 g (GLUPSZ,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 288,50 B: [g] 73,30 T: [g] 61,90 W: [g] 381,10 Sól [g] 5,70 Kw.tł.nasy. [g] 26,70 Bł: [g] 44,30 Sód: [mg] 2 248,40 W tym cukry: [g] 97,40
	02. Dieta łatwostrawna	Kasza kukurydziana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Parówka na gorąco 1 szt Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Zupa brokułowa z ziemniakami II 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Pierogi leniwe z musem owocowym II 280 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa c 45 g (GOR, SOJ, SO2,) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Jogurt owocowy 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 200,30 B: [g] 82,20 T: [g] 82,30 W: [g] 295,40 Sól [g] 5,20 Kw.tł.nasy. [g] 39,80 Bł: [g] 26,00 Sód: [mg] 2 042,80 W tym cukry: [g] 79,40
2023-10-31 wtorek	01. Dieta podstawowa	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Sałata 10 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE,)	Zupa ogórkowa I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Klopsiki w sosie własnym 110 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Buraczki z cebulą I 150 g Kasza gryczana 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno żytni/ Chleb razowy 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Kiełbasa szynkowa 40 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Kefir 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 163,10 B: [g] 100,70 T: [g] 62,90 W: [g] 314,80 Sól [g] 6,30 Kw.tł.nasy. [g] 32,30 Bł: [g] 32,40 Sód: [mg] 2 490,70 W tym cukry: [g] 77,30
	02. Dieta łatwostrawna	Zacierka na mleku 300 ml (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Banan 180 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLUPSZ, MLE,)	Zupa owsiankowa II 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Galantyna drobiowa II 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL,) Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 150 g (MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g (POM,) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Kefir 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 243,50 B: [g] 91,30 T: [g] 81,50 W: [g] 303,00 Sól [g] 5,20 Kw.tł.nasy. [g] 42,10 Bł: [g] 33,40 Sód: [mg] 2 086,50 W tym cukry: [g] 116,30
2023-11-01 środa	01. Dieta podstawowa	Ryż na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Pasta z jaj I 60 g (JAJ, MLE, GOR,) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa pieczarkowa z ziemniakami I 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Makaron z mięsem i warzywami I 300 g (GLUPSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,) Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Twaróg z rzodkiewką 100 g (MLE,) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Wafle ryżowe. 15 g (GLUPSZ,) Dżem 25 g	W.Ener: [kcal] 2 433,90 B: [g] 100,90 T: [g] 64,30 W: [g] 344,90 Sól [g] 4,80 Kw.tł.nasy. [g] 29,70 Bł: [g] 27,60 Sód: [mg] 1 949,50 W tym cukry: [g] 99,80
	02. Dieta łatwostrawna	Ryż na mleku 300 ml (GLUPSZ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Galaretkę z kurczaka II 130 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Zupa ziemniaczana z koperkiem 300 ml (GLUPSZ, MLE, SEL,) Potrawka z szynki II 150 ml (GLUPSZ, MLE,) Bukiet warzyw (brokuł, kalafior, marchew) 150 g (MLE,) Kasza jęczmienna 180 g (GLUPSZ,) Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLUPSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Poledwica drobiowa 40 g (GOR, SOJ, SO2,) Pomidor 50 g (POM,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Wafle ryżowe. 30 g (GLUPSZ,) Dżem 25 g	W.Ener: [kcal] 2 230,40 B: [g] 90,60 T: [g] 79,00 W: [g] 277,60 Sól [g] 5,10 Kw.tł.nasy. [g] 43,90 Bł: [g] 30,90 Sód: [mg] 2 047,60 W tym cukry: [g] 88,20

Jadłospisy tygodniowe z 44. tygodnia, tj. od dnia 2023-10-30 do dnia 2023-11-05 SZPITAL

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-02 czwartek	01. Dieta podstawowa	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Galaretką z kurczaka I 130 g (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Sałata 10 g Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa neapolitańska I 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Kapusta faszerowana w sosie pomidorowym 180 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka biała 40 g Sałata 10 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 341,90 B: [g] 108,50 T: [g] 76,50 W: [g] 321,90 Sól [g] 4,90 Kw.tł.nasy. [g] 38,60 Bł: [g] 33,80 Sód: [mg] 1 959,90 W tym cukry: [g] 81,90
	02. Dieta łatwostrawna	Kasza jaglana na mleku 300 ml (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Twaróg z mlekiem 100 g (MLE,) Jabłka 150 g Herbata 200 ml	Zupa wiejska II 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Filet drobiowy gotowany w sosie II 110 g (GLU PSZ, MLE, SEL,) Buraczki gotowane 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa 40 g Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Ciasto drożdżowe 80 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 385,80 B: [g] 99,70 T: [g] 71,60 W: [g] 354,00 Sól [g] 4,20 Kw.tł.nasy. [g] 41,20 Bł: [g] 36,40 Sód: [mg] 1 670,90 W tym cukry: [g] 131,80
2023-11-03 piątek	01. Dieta podstawowa	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Chleb razowy . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Salceson 70 g Ogórek konserwowy 50 g Sałata 10 g Herbata 200 ml	Zupa jarzynowa I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, SO2, ORZ,) Pyzy ziemniaczane 270 g (GLU PSZ, JAJ,) Surówka z marchwi i chrzanu I 150 g (MLE,) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta rybna 80 g (GLU PSZ,) Sałata 10 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 447,20 B: [g] 61,80 T: [g] 90,70 W: [g] 365,30 Sól [g] 4,30 Kw.tł.nasy. [g] 34,30 Bł: [g] 38,60 Sód: [mg] 1 672,90 W tym cukry: [g] 105,60
	02. Dieta łatwostrawna	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Kasza jęczmienna na mleku 300 ml (GLU PSZ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Pasta z jaj 60 g (JAJ, MLE,) Sałata 10 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Ryba miruna na parze 170 g (RYB, MLE,) Sos koperkowy 50 g (GLU PSZ, MLE,) Bukiet warzyw (brokuł, kawałki, marchew) 150 g (MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Dżem 25 g Szynka mozaikowa 40 g Sałata 0 g Banan 180 g Herbata 200 ml	Jogurt naturalny 150 g (MLE,)	W.Ener: [kcal] 2 072,50 B: [g] 62,40 T: [g] 80,50 W: [g] 272,50 Sól [g] 4,40 Kw.tł.nasy. [g] 46,50 Bł: [g] 26,10 Sód: [mg] 1 739,50 W tym cukry: [g] 103,30
2023-11-04 sobota	01. Dieta podstawowa	Chleb razowy . 50 g Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa pomidorowa z ryżem I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ, POM,) Stek wieprzowy 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka wielowarzywna 150 g (SEL,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Chleb pszenno - żytni 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser żółty 40 g (MLE,) Pomidor 50 g (POM,) Sałata 10 g Herbata 200 ml	Miód naturalny por 1 szt (MI,) Pieczywo chrupkie 30 g (GLU PSZ,)	W.Ener: [kcal] 2 390,20 B: [g] 93,60 T: [g] 82,50 W: [g] 322,60 Sól [g] 5,10 Kw.tł.nasy. [g] 44,10 Bł: [g] 32,00 Sód: [mg] 2 054,90 W tym cukry: [g] 88,50

		Śniadanie	Obiad	Kolacja	Posiłek nocny	SUMA
2023-11-04 sobota	02. Dieta łatwostrawna	Makaron na mleku 300 ml (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka konserwowa 40 g Sałata 10 g Jabłka 150 g Kawa zbożowa na mleku 200 ml (GLU PSZ, MLE,)	Zupa pomidorowa z ryżem II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, POM,) Pulpety gotowane w sosie II 110 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL,) Buraczki gotowane 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ziemniaki 180 g Kompot s 200 ml	Banan 180 g Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser twarogowy 09 100 g (MLE,) Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Pieczywo chrupkie 30 g (GLU PSZ,) Miód naturalny 1 szt (MI,)	W.Ener: [kcal] 2 405,00 B: [g] 97,60 T: [g] 75,10 W: [g] 339,00 Sól [g] 3,80 Kw.tł.nasy. [g] 42,30 Bł: [g] 32,10 Sód: [mg] 1 528,80 W tym cukry: [g] 136,50
	01. Dieta podstawowa	Buta kajzerka 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Chleb razowy . 50 g (MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Ser twarogowy 80 g (MLE,) Dżem 25 g Banan 180 g Kakao na mleku 200 ml (MLE, KOK,)	Zupa szczawiowa z ziemniakami I 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Filet drobiowy panierowany I 90 g (GLU PSZ, JAJ, MLE, SEL, GOR, SOJ, ORZ,) Surówka z selera i marchwi I 150 g (MLE, SEL,) Kasza jęczmienna 180 g (GLU PSZ,) Kompot s 200 ml	Chleb graham . 50 g Chleb pszenno - żytni. 50 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka wieprzowa c 45 g Ogórek świeży 50 g Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt (POM,)	W.Ener: [kcal] 2 209,70 B: [g] 86,10 T: [g] 53,30 W: [g] 331,30 Sól [g] 5,30 Kw.tł.nasy. [g] 29,10 Bł: [g] 36,60 Sód: [mg] 2 102,90 W tym cukry: [g] 88,80
2023-11-05 niedziela	02. Dieta łatwostrawna	Jogurt owocowy 150 g (MLE,) Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Miód naturalny 1 szt (MI,) Szynka wieprzowa 40 g Sałata 10 g Banan d 120 g Kakao na mleku 200 ml (MLE, KOK,)	Zupa kalafiorowa II 300 ml (GLU PSZ, MLE, SEL,) Udko gotowane II 120 g Marchew gotowana 150 g (GLU PSZ, MLE,) Ryż na sypko 180 g (GLU PSZ, MLE,) Kompot s 200 ml	Sałata 10 g Bułka wrocławska pszenna 100 g (GLU PSZ, JAJ, MLE,) Masło (82% tł.) 15 g (MLE,) Szynka drobiowa 40 g Pomidor 50 g (POM,) Herbata 200 ml	Sok pomidorowy 1 szt (POM,)	W.Ener: [kcal] 2 148,00 B: [g] 84,60 T: [g] 74,20 W: [g] 282,50 Sól [g] 5,10 Kw.tł.nasy. [g] 37,60 Bł: [g] 28,70 Sód: [mg] 2 058,30 W tym cukry: [g] 85,70

Oznaczenia alergenów:

*GLU PSZ - Zboża zawierające gluten
pszenny,
JAJ - Jaja i pochodne,
RYB - Ryby i pochodne,
MLE - Mleko i pochodne wraz z
laktozą,
SEL - Seler i pochodne,
GOR - Gorczyca i pochodne,
MLE b/LAK - Mleko i pochodne bez
laktozy,
SOJ - Soja i pochodne,
SKO - Skorupiaki i pochodne,
SO2 - Dwutlenek siarki, siarczyny,
SEZ - Nasiona sezamu i pochodne,
ORZ - Orzechy,
MCK - Mięczaki i pochodne,
GLU ŻYT - Zboża zawierające gluten
żytni,
GLU OW - Zboża zawierające gluten
owsiany,
GLU JĘCZ - Zboża zawierające gluten
jęczmienny,*