

Dieta		07.sty.26 - środa			Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)				
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD		KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Pudłowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8]		---		Energia: 2468kcal, Białko 103 Tłuszcze 83 g w tym nasycone 25, węglowodany 218g w tym cukry 88g, błonnik 40g, sól 4,9g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Bigos z kapusty białej 300g [1/5-8] + ziemniaki 200g 0		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, papryka 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Lekciakowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]		pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2463 kcal, Białko 110, Tłuszcze 79g w tym nasycone 26,8, węglowodany 306g w tym cukry 80,6g, błonnik 34g, sól 5,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]		pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2417 kcal, Białko 108, Tłuszcze 74g w tym nasycone 21, węglowodany 308g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g		pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Cukrzycowa	Jogurt naturalny 100g [6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2352kcal, Białko 105, Tłuszcze 83g w tym nasycone 25, węglowodany 183g w tym cukry 58g, błonnik 41g, sól 5,2g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, jabłko 1 szt.			Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]		pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 50g, papryka 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml	Bez Cukru		Kompot 250ml		Bez Cukru			
Dług. Pob. s. Związki	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2387 kcal, Białko 119, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 324g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g		pieczywo pszenne 100g [1], rama 10g pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Mielona	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2417 kcal, Białko 108, Tłuszcze 74g w tym nasycone 21, węglowodany 308g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g		pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2369kcal, Białko 97 Tłuszcze 79 g w tym nasycone 25, węglowodany 327g w tym cukry 88g, błonnik 39g, sól 4,9g	
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] serek wiejski lekki 150g [6], rukola 10g, banan 1 szt.			Surówka z selera z jogurtem naturalnym 130g [6/8]		pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
PIPIKA	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: 1810 kcal, Białko: 104g, Tłuszcze 79g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 16,4g, węglowodany 176g w tym cukry 36g, błonnik 22g, sól 5,1g	
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata 250ml			
	Jogurt 100g [6]			mus tubka 100g		sok warzywny 300 ml			
Chirurgiczna popieraczkowa	Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6]			Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowy 120g [1/2/8] + sos pomidorowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g		---		Energia: 2387 kcal, Białko 119, Tłuszcze 73g w tym nasycone 21, węglowodany 324g w tym cukry 84g, błonnik 28g, sól 5,2g	
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] , pomidor bez skóry 70g, sałata 10g			Cukinia gotowana z olejem słonecznikowym 130g		pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, roszponka 10g			
	Herbata 250ml			Kompot 250ml		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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	06.sty.26 - wtorek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Pudłkowa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Fasolowa na wędzonce 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2684kcal, Białko 125g, Tłuszcze 92g w tym nasycone 31,6, węglowodany 247g w tym cukry 56g, błonnik 43g, sól 6,7g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 31,7g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2595 kcal, Białko 105g, Tłuszcze 92g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 31,2g, węglowodany 31,7g w tym cukry 53g, błonnik 34g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
Niska Tłuszczawa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2272kcal, Białko 96g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 292g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus owocowy 100g kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
Cukrzyca	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], ser żółty 30g [6], papryka 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	#ADR!
	Pieczywo razowe 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru		Kompot 250ml Bez Cukru		
Dyż. Pob. s. Zwiększający	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2330kcal, Białko 110g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 286g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], mus tubka 100g kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
Mielona	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka - mielona 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2272kcal, Białko 96g, Tłuszcze 73g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 292g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mus owocowy 100g kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], kasza bulgur 200g[1] guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt 17g[6], Pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2450kcal, Białko 133g, Tłuszcze 84g w tym nasycone 31,7, węglowodany 300g w tym cukry 54g, błonnik 42g, sól 6,8g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama 10g[6] parówka z szynki 2 szt. [1/5/7-10], ketchup 1 szt., mandarynka 1 szt. kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml		
PIPIKA	Przetarta z kaszą jaglaną i schabem [2/8] 492g		Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem i mielonym słonecznikiem[2/8] 502g	Przetarta z kaszą kukurydzianą i schabem i siemieniem lnianym [2/8] 437g	Energia: 1931 kcal, b:98 Tłuszcze 76g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 13,3, węglowodany 196g w tym cukry 44g, błonnik 24g, sól 3,9g
	kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 250ml	Herbata z cytryną 250ml	
Chirurgiczna popieraczkowa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]		Zupa ziemniaczana wiosenna 350 ml [1/2/8] Grilowana pierś z kurczaka 100g w sosie koperkowym 80g [1/2/8], ziemniaki 200g guraczki gotowane 130g	--- pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] południca sopocka 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata 10g Herbata z cytryną 250ml	Energia: 2330kcal, Białko 110g, Tłuszcze 86g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 30g, węglowodany 286g w tym cukry 60g, błonnik 36g, sól 6,3g
	Pieczywo jasne 100g[1], rama 10g[6] wędlina drobiowa chuda 50g [1/5/7-10], mus owocowy 100g kawa z mlekiem 250ml [1/6]		Kompot 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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki

Dieta	05.sty.26 - poniedziałek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI
Pudłowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt. Kakao 200ml		gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt. Kakao 200ml		gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt. Kakao 200ml		gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2103 kcal, białko: 99g, tłuszcz 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 247g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml		gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Cukrzycowa	Jogurt naturalny 100g [6]		Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2032kcal, Białko 94g, Tłuszcze 70g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 25,7g, węglowodany 230g w tym cukry 65g, błonnik 40g, sól 4,8g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt. Kakao 200ml	Bez Cukru	gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	Bez Cukru	
Dgr. Pab. s. Zwiększający	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2300 kcal, białko: 130g, tłuszcz 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 287g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml		gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2103 kcal, białko: 99g, tłuszcz 74g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24g, węglowodany 247g w tym cukry 61g, błonnik 31g, sól 4,9g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] pasta z białek jaj 100g [2], sałatka z selera gotowanego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko pieczone 1 szt. Kakao 200ml		pulpet z szynki 120g [1/2] w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina mielona 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., b/s pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Bogato Energetyczna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa kalafiorowa 350ml [8]	---	Energia: 2360 kcal, Białko 127g, Tłuszcze 72,5g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 24,1g, węglowodany 313g w tym cukry 64,2g, błonnik 40,4g, sól 7,6g
	pieczywo razowe 100g[1], rama 10g[6] jajko 1 szt. [2], sałatka z selera naciowego i szynki 120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt. Kakao 200ml		gulasz wieprzowy 180g[1/8], ziemniaki 200g Fasolka szparagowa z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 1 szt., pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
PAPKA	Przetarta z buraczkami i tłuszczem roślinnym z kurczakiem[1/2/8]		Przetarta z cukinią i schabem[1/2/8] 492g	Przetarta z brokulem i tłuszczem roślinnym z kurczakiem 532 [1/2/8]	Energia: 1944 kcal, białko: 113g, tłuszcz 84g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 19g, węglowodany 171g w tym cukry 55g, błonnik 16g, sól 4,5g
	Herbata 250ml		Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczna poparaczejna	Zupa mleczna z kaszą kukurydzianą 300 ml [1,6]		Zupa koper. z ziemniak. 350ml [8]	---	Energia: 2224 kcal, białko: 116g, tłuszcz 68g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,2g, węglowodany 303g w tym cukry 61g, błonnik 34g, sól 4,6g
	pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina 50g[1/5/7-10], twaróg 80g [6], jabłko pieczone 1 szt. Herbata 250ml		pulpet z szynki 120g [1/2] w sosie własnym 80g [1/8], ziemniaki 200g Marchewka gotowana z selerem i oliwą 130g[1/8] Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, pomidor b/s 50g, sałata 10g 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 lubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 miedzaki