

Dieta	11. wrz. 24 - środa				Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)			
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD		KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Pielęgniarska	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, , sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g mizeria 130g [6] Kompot 250ml		Chleb razowy pszenno żytni 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
Lekarska	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
Wyrz. Diełtowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
Mleko Tłuszczowa	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor b/s 70g Herbata 250ml		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
Cukrzyca	jogurt 100g [6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6] Bez Cukru		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g mizeria 130g [6] Kompot 250ml Bez Cukru		pieczywo razowe pszenno żytnie 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml Bez Cukru			
Dyr. Pob. w. Związkowy	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor b/s 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
Mielna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2247 kcal, Białko 105, Tłuszcze 81g w tym nasycone 24,6, węglowodany 259g w tym cukry 68g, błonnik 26g, sól 4,1g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor b/s 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek - Rozdrobniona 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
Słabota Energetyczna	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2640 kcal, Białko 121, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 342g w tym cukry 65g, błonnik 51g, sól 5,9g	
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] parówki 2 szt [1/5/7-10], ketchup 5g, sałata 10g + pomidor 70g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wypasiony serek na kanapki 125g[6], wędlina 30g [1/2/5/7-10] , pomidorki koktajlowe 50g, sałata masłowa 10g Herbata 250ml			
PMNA	Przetarta 500g [1/2/8]		Przetarta 500g [1/2/8]		Przetarta 500g [1/2/8]		Energia: 2010 kcal, Białko 81, Tłuszcze 96g w tym nasycone 8,4, węglowodany 372g w tym cukry 45g, błonnik 31g, sól 5,5g	
	Herbata 250ml		Kompot 250ml		Herbata 250ml			
Chirurgiczna poporaczajina	Zupa mleczna z kluskami 300ml [1,6]		Dyniowa z ziemniakami 350ml [1/6/8]		---		Energia: 2440 kcal, Białko 101, Tłuszcze 90g w tym nasycone 12, węglowodany 352g w tym cukry 45g, błonnik 51g, sól 5,7g	
	Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10] , pomidor bez skóry 70g, sałata, banan 120g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [1/6]		Udka kurczaka w sosie własnym 160g/80[1/8] , ryż 200g Marchewka mini z oliwą z oliwek - Rozdrobniona 130g Kompot 250ml		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/2/5/7-10] , dżem brzoskwinowy 25g, pomidor b/s 70g, sałata masłowa 10g 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