

Dieta		19.wrz.24 - czwartek			Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)	OBIAD	KOLACJA + (KOLACJA 21)	WARTOŚCI		
Popielawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron razowy 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2659, Białko 97, Tłuszcz 102, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 60, Błonnik: 37, Sól 5		
	Pieczyczo razowe 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy70g [1/2/8] Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor70g, sałata 10g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
Laktostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5		
	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy70g [1/2/8] Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor70g, sałata 10g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5		
	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy70g [1/2/8] Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor70g, sałata 10g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
Niska Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie koperkowym z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 180g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcz 93, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9		
	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Szynka wieprzowa 30g [1/5/7-10]Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor b/s 70g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
Cukrzyca	Jogurt naturalny 100g [6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron razowy 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], wędlina 50g [1/5/7-10], Pomidor 70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2320, Białko 93, Tłuszcz 81, Tłuszcz Nasycone 10, Węglowodany 304, Cukry 54, Błonnik: 36, Sól 4,7		
	Pieczyczo razowe100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy70g [1/2/8] Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor70g, sałata 10g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Bez Cukru				
Dgr. Piek. s. Żelazkowy	Skyr naturalny 125g[6]	kanapka 1 szt [1/2/5-10]		Jogurt naturalny 150g [6]			
	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie koperkowym z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcz 93, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9		
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie koperkowym z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcz 101, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5		
	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy70g [1/2/8] Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor b/s 70g, sałata 10g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
Bogatobiałkowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie koperkowym z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] serek wypasiony śmietankowy 125g [6], dżem owocowy 25g, Pomidor70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2659, Białko 97, Tłuszcz 102, Tłuszcz Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 60, Błonnik: 37, Sól 5		
	Pieczyczo pszenne 100g[1], masło10g[6] Paszтет domowy70g [1/2/8] Pasta z tuńczyka, pieczonego bakłażana i pietruszki 80g [3],pomidor70g, sałata 10g, Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
NAPZA	Pzetarta 500ml [1/2/8]	Pzetarta 500ml [1/2/8]	Pzetarta 500ml [1/2/8]	Mus owocowy tubka 100g			
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml				
Chirurgiczna pooperacyjna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Potrawka z kurczaka w sosie z marchewką i cukinią 180g [1/8] +makaron pszenny 200g[1/2] sałata z oliwą z oliwek 100g	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s70g, sałata10g , Herbata 250ml	--- Mus owocowy tubka 100g	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcz 93, Tłuszcz Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9		
	Pieczyczo jasne 100g[1], masło10g[6] Szynka wieprzowa 60g [1/5/7-10],miód , mus jabłkowy 100g	Kompot 250ml	Herbata 250ml				

Jednostka realizowana 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