

23. wrz. 24 - poniedziałek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)		
ŚNIADANIE +		OBIAŁ		KOLACJA +
Profilaktyka	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo razowe 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Śledzik z sosem jogurtowym 90g/60g [3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Laktacja	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Wy. Biologiczne	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Wzrostowe	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Cukinia z kolorową marchewką na parze z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Chirurgia	Jogurt naturalny 100g [6] pieczywo razowe 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Śledzik z sosem jogurtowym 90g/60g [3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Dzieci i młodzież	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Cukinia z kolorową marchewką na parze z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], Jabłko z pieca 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Mleczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Cukinia z kolorową marchewką na parze z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], mus jabłkowy 120g, pomidor 70g Herbata 250ml
Diagnostyka	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo razowe 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidorki koktajlowe 50g , rukola 10g Kakao 200ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Brokuł gotowany z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo razowe 100g[1], maslo10g[6] Ryba po grecku bez cebuli 150g 70g/80g [1/3/8], Jabłko 1 szt., pomidor 70g Herbata 250ml
Diagnostyka	Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml	Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek Kompot 250ml		Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml
Chirurgia	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300 ml [1,6] pieczywo jasne pszenne 100g[1], rama10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], ser twarogowy 100g [6], pomidor b/s 70g , rukola 10g Herbata 250ml	Zupa selerowa 350 ml [1/2/8] Gulasz z szynki wieprzowej 180g [1/2/8], kasza jaglana 200g[1] Cukinia z kolorową marchewką na parze z olejem słonecznikowym posypany migdałami 120g [4] Kompot 250ml		pieczywo jasne pszenne 100g[1], maslo10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10], pasta z suszonych pomidorów z warzywami 80g [8]+ herbatniki 1 op 15g [1/2/6] Herbata 250ml

Jedzenie realizowane w ramach programu "Dobry Posiłek"

Wzrostowe: 1. zupa, 2. ryba, 3. orzechy, 4. ziemniak, 5. kasza, 6. marchewka, 7. ogórek, 8. seler, 9. seler, 10. seler, 11. marchewka, 12. marchewka, 13. marchewka