

| Dieta | | 25.wrz.24 - środa | | | Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK) | | |
|---------------------------|---|---------------------------|---|-----------------------|--|--|---|
| | | ŚNIADANIE + (LUBMIADANIE) | OBIAD | KOLACJA + (KOLAGA 21) | WARTOŚCI | | |
| Profilaktyczna | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Kotlet mielony wieprzowo-wołowy smażony 120g [1/2/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2255,5kcal Białko 111,1, Tłuszcz 79,5g w tym nasycone 17,5, węglowodany 274 w tym cukry 73,5, błonnik 35,8g, sód |
| | Pieczywo razowe 100g [1], rama10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Herbata 250ml | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, papryka 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| Laktacyjna | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2264 kcal Białko 109, Tłuszcz 92g w tym nasycone 15,2, węglowodany 250g w tym cukry 72g, błonnik 31g, sód 5,9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| Wyw. Białkowa | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2410 kcal Białko 121, Tłuszcz 94g w tym nasycone 35,2, węglowodany 270g w tym cukry 62g, błonnik 31g, sód 5,9g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| Histo Tłuszczowa | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2393 kcal Białko 118, Tłuszcz 85g w tym nasycone 14, węglowodany 285g w tym cukry 62g, błonnik 29g, sód 5,4g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| Cukrzycowa | Jogurt naturalny 100g [6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2467 kcal Białko 115, Tłuszcz 90g w tym nasycone 27g w tym cukry 60g, błonnik 57g, sód 5,9g |
| | Pieczywo razowe 100g [1], rama10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] Bez Cukru | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],pomidor 70g, papryka 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml Bez Cukru | | |
| Dług. Pob. s. Zależny | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2393 kcal Białko 118, Tłuszcz 85g w tym nasycone 14, węglowodany 285g w tym cukry 62g, błonnik 29g, sód 5,4g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| Mielana | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2393 kcal Białko 118, Tłuszcz 85g w tym nasycone 14, węglowodany 285g w tym cukry 62g, błonnik 29g, sód 5,4g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidor b/s 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| Bogata Energetyczna | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2255,5kcal Białko 111,1, Tłuszcz 79,5g w tym nasycone 17,5, węglowodany 274 w tym cukry 73,5, błonnik 35,8g, sód |
| | Pieczywo razowe 100g [1], rama10g[6] serek wiejski 200g [6], pomidorki koktajlowe 70g + rukola 10g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z szynki 100g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor 70g, rozszponka 10g Herbata 250ml | | |
| PAPKA | Przetarta 500ml [1/2/8] | | Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek | | | | Białko:96,6 Tłuszcz:64,9 Węglowodany:254 ENERGIA 2196,3 kcal 4,66g |
| | Herbata 250ml | | Kompot 250ml | | Przetarta 500ml [1/2/8] Herbata 250ml | | |
| Chirurgiczne postępowanie | Zupa mleczna z ryżem 300ml [1,6] | | Zupa grysikowa 350g [1/8] Pulpet wieprzowo-wołowy 120g [1/2/8] + sos koperkowy 80g [1/2/6/8], ziemniaki 200g | | | | Energia: 2393 kcal Białko 118, Tłuszcz 85g w tym nasycone 14, węglowodany 285g w tym cukry 62g, błonnik 29g, sód 5,4g |
| | Pieczywo pszenne 100g[1], rama 10g[6] wędlina [1/5/7-10], pomidor bez skóry 70g, sałata, banan 120g Kawa zbożowa z mlekiem 250ml [6] | | surówka z buraczką z olejem rzepakowym i jabłkiem 150g [1] Kompot 250ml | | pieczywo pszenne 100g [1], masło10g[6] wędlina 50g [1/5/7-10],dżem owocowy 25g, pomidor b/s 70g, rozszponka 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 tubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki