

Uniwersytecki Szpital Kliniczny Olsztyn

04.lut.25 - wtorek

Dieta	ŚNIADANIE + ( II ŚNIADANIE )			OBIAD	KOLACJA + ( KOLACJA 21 )	WARTOŚCI
Pasta	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa z czerwonej fasoli z pomidorami 350ml [1/8]	---	Energia: 2322 kcal, Białko 118, Tłuszcze 76g w tym nasycone 27, węglowodany 266g w tym cukry 59g, błonnik 47g, sól 7g
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Laktosemna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2312 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,7g, węglowodany 267g w tym cukry 54,8g, błonnik 37g, sól 5,4g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2312 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,7g, węglowodany 267g w tym cukry 54,8g, błonnik 37g, sól 5,4g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], pomidor 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2147 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,7g, węglowodany 269g w tym cukry 58,2g, błonnik 31g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Cukrzyca	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2194,3 kcal, Białko 118, Tłuszcze 75g w tym nasycone 26, węglowodany 231g w tym cukry 35g, błonnik 56g, sól 5,4g
	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],ser zółty 30g [6], pomidor 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Dogr. Pch. s. Zębkowaty	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2147 kcal, Białko 107g, Tłuszcze 65g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 22,7g, węglowodany 269g w tym cukry 58,2g, błonnik 31g, sól 6,3g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2312 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,7g, węglowodany 267g w tym cukry 54,8g, błonnik 37g, sól 5,4g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa mielona 70g [1/3/5/7-10], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			Pulpecik z szynki 120g/80g [1/8], ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor b/s 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
Bogata Energetyczna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana z pomidorami 350ml [8]	---	Energia: 2312 kcal, Białko 123g, Tłuszcze 75g w tym kwasy tłuszczowe nasycone 28,7g, węglowodany 267g w tym cukry 54,8g, błonnik 37g, sól 5,4g
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], masło10g[6] pasta z tuńczyka i twarogu 80g [3/6], szynkowa 30g [1/3/5/7-10], ogórek zielony 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] pasztet domowy z indyka 100g [1/2/6/8],dżem owocowy 20g, pomidor 50g, lodowa 30g Herbata 250ml	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]			Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	
	Herbata 250ml			Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczna poparaczejna	Zupa mleczna z makaronem 300ml [1/2/6]			Zupa ziemniaczana 350ml [8]	---	Białko:96 Tłuszcze:84 Węglowodany:275 ENERGIA 2204 kcal sól 4,69g
	Pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] wędlina drobiowa 50g [1/5/7-10],mus jabłkowy 100g, pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			gulasz z szynki 180g - duszony [1/8], kasza jaglana 200g sałata z oliwą z oliwek 100 g  Kompot 250ml	pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopočka 50g [1/5/7-10], miód 25g, pomidor B/S 50g Herbata 250ml	
<b>Jadłospis realizowany w ramach programu "Dobry Posilek"</b>						

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