

Dieta		11.lut.25 - wtorek				Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)			
		ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		OBIAD		KOLACJA + (KOLACJA 21)		WARTOŚCI	
Pudłowa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa z soczewicy 350 ml [1/5/7-10] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]		---		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo razowe + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Laktozawna	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]		---		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Wys. Białkowa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]		---		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		budyń waniliowy 200ml[1/6]	
Miska Tłuszczawa	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]		---		pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], waniliowy 100g[6], pomidor b/s 70g, sałata roszonek 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Cukrzyczna	Pieczywo razowe 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g Herbata 250ml	Bez Cukru		Kompot 250ml		Bez Cukru		Pieczywo razowe 100g [1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt. [6], rzodkiewka 50g, sałata mix 10g	
	Pomarańcza 150-170g		kanapka 1 szt [1/2/5-10]		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g		Energia: 2194,3 kcal, Białko 118, Tłuszcz 75g w tym nasycone 26, węglowodany 231g w tym cukry 35g, błonnik 56g, sól 5,4g
Dgr. Pob. z. Ziegławny	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]		---		pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt. [6], pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], waniliowy 100g[6], pomidor b/s 50g, sałata roszonek 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Mielona	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Pulpet z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]		---		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka mielona 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt [6], Pomidor b/s 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska mielona 30g [1/5/7-10], waniliowy 100g[6], pomidor b/s 50g, sałata roszonek 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	
Bogata Energetycznie	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g Surówka z marchewki z jabłkiem i olejem rzepakowym z ziarnami siemienia lnianego 130g [1]		---		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], deliser 1 szt. [6], pomidor 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo pszenne + kajzerka 100g [1], rama10g[6] wędlina krakowska 30g [1/5/7-10], serek fromage 80g[6], sałatka z selera naciowego i jabłka 80g [6/8], sałata roszponka 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	
PAPKA	Przetarta 500ml [1/2/8]			Przetarta 500ml [1/2/8] + dodatek				Przetarta 500ml [1/2/8]	
	Herbata 250ml			Kompot 250ml				Herbata z cytryną 250ml	
Chirurgiczna postępowanie	Zupa mleczna z kłuskami 300ml [1/6]			Zupa ziemniaczana z ziołami (kop/pie/baz) 350 ml [1/8] Grilowana pierś z kurczaka 110g w sosie własnym 80g [1/2/8], ziemniaczki 200g marchewka mix na parze z oliwą z oliwek 130g[6/8/7]		---		pieczywo jasne 100g[1], masło10g[6] połudwica sopocka 50g [1/5/7-10], miód 25g, Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g	
	Pieczywo jasne 100g[1], rama10g[6] połudwica drobiowa 50g [1/5/7-10], jogurt naturalny 100g [6], Pomidor B/S 50g, sałata mix 10g Herbata 250ml			Kompot 250ml		Herbata z cytryną 250ml		mus warzywno owocowy tubka 100g	

Jadospis 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