

Dieta	22.maj.25 - czwartek		Uniwersytecki Szpital Kliniczny w Olsztynie (USK)	
	ŚNIADANIE + (II ŚNIADANIE)		KOLACJA + (KOLACJA 21)	
Podstawa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2659, Białko 97, Tłuszcze 102, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 60, Błonnik 37, Sól 5
	Pieczyczo razowe 100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Kurczak po tajsku 180g [1/8] , ryż brązowy 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
Lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik 35, Sól 5
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Kurczak po tajsku 180g [1/8] , ryż paraboliczny 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
Wys. Białkowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Kurczak po tajsku 180g [1/8] , ryż paraboliczny 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
Nisko Tłuszczowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcze 93, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ryż paraboliczny 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
Cukrzycowa	Pieczyczo razowe100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8] Kurczak po tajsku 180g [1/8] , ryż brązowy 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	---	Energia Kcal. 2320, Białko 93, Tłuszcze 81, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 304, Cukry 54, Błonnik: 36, Sól 4,7
Dgr. Pol. z. Złajdowy	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcze 93, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ryż paraboliczny 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
Mielona	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2650, Białko 97, Tłuszcze 101, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 341, Cukry 61, Błonnik: 35, Sól 5
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], serek deliser 1 szt [6], jabłko z pieca 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] + ziemniaki 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona mielona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], Pomidor b/s 60g, sałata mix 10g Herbata 250ml	
Biegła Energetyczna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2659, Białko 97, Tłuszcze 102, Tłuszcze Nasycone 12, Węglowodany 340, Cukry 60, Błonnik: 37, Sól 5
	Pieczyczo pszenne 100g[1], rama 10g Pasztet domowy wieprzowy 100g [1/2/8], sałatka z brokuła [90g] i szynki [30g] -120g [1/5/7-10], jabłko 1 szt 120-150g, roszponka 10g Herbata 250ml	Kurczak po tajsku 180g [1/8] , ryż paraboliczny 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo razowe 100g[1], masło10g[6] szynka konserwowa parzona 50g[1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], pomidorki koktajlowe 60g, sałata mix 10g , Herbata 250ml	
Dieta	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Przetarta 500ml [1/2/8]	Energia Kcal. 2310, Białko 91, Tłuszcze 84, Tłuszcze Nasycone 10, Węglowodany 307, Cukry 59, Błonnik: 35, Sól 5
	Herbata 250ml	Kompot 250ml	Herbata 250ml	
Chirurgiczna poparzeniowa	Zupa mleczna z płatkami owsianymi 300ml [1,6]	Zupa buraczkowa 350 ml [1/6/8]	---	Energia Kcal. 2610, Białko 93, Tłuszcze 93, Tłuszcze Nasycone 9, Węglowodany 330, Cukry 60, Błonnik: 31, Sól 4,9
	Pieczyczo jasne 100g[1], masło10g[6] Wędlina drobiowa parzona 50g [1/5/7-10], serek kiri 1 szt [6], Biskopty[1/2/6] 10g, jabłko z pieca 1 szt 120-150g, Herbata 250ml	Potrąwka z kurczaka z marchewką i cukinią 180g [1/8] +ryż paraboliczny 200g sałata z oliwą z oliwek 100g Kompot 250ml	pieczywo jasne pszenne 100g[1], masło10g[6] wędlina 30g [1/5/7-10], dżem owocowy 25g, Pomidor b/s 60g, sałata10g , Herbata 250ml	
			Mus owocowy tubka 100g	

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 łubin, 12 skorupiaki, 13 siarka, 14 mięczaki