

PONIEDZIAŁEK 29.01.2024 r.

	TEMP.	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ/ PĄPKOWATĄ	DIETA ROZDROBNIONĄ
ŚNIADANIE		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Pasta mięsna 60 g ( <b>SOJA</b> )
			Pomidor bez skórki pokrojony w kostkę 50 g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Herbata z cytryną 250 ml
	II ŚNIADANIE		Kisiel 300 ml
OBIAD		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Zupa kalafiorowa 350 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )
			Bitka schabowa 100 g duszona w sosie własnym 80 g ( <b>PSZENICA</b> )
			Kasza bulgur gotowana 180 g ( <b>PSZENICA</b> )
			Fasolka szparagowa gotowana 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK		Serek wiejski 1 szt.	
KOLACJA		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 100 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Serek śmietankowy 50 g ( <b>MLEKO</b> )
			Szynka drobiowa 40g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Marchewka gotowana 50 g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml
II KOLACJA		Sok wielowarzywny 1 szt.	Sok wielowarzywny 1 szt.
<b>Wartość energetyczna</b>		2243kcal, Białko: 108 g, Tłuszcze: 68g, Tłuszcze nasycone: 23g, Węglowodany ogółem: 312g; W tym cukry: 31g; Błonnik pokarmowy: 26g; Sód: 1500 mg	2235 kcal, Białko: 114g, Tłuszcze: 77g, Tłuszcze nasycone: 26g, Węglowodany ogółem: 276g; W tym cukry: 12g; Błonnik pokarmowy: 41g; Sód: 1500 mg

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszenica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.

WTOREK 30.01.2024 r.

WTOREK 30.01.2024 r.			
ŚNIADANIE	TEMP.	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA/ PAPKOWATA	DIETA ROZDROBNIONA
		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Jajecznicza 100 g ( <b>JAJA</b> )
			Pasta mięsna 30g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Pomidor bez skóry pokrojony w kostkę 50 g
			Herbata z cytryną 250 ml
II ŚNIADANIE		Jabłko pieczone 1 szt.	
OBIAD		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER,, MLEKO</b> )	Barszcz biały 350 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )
			Kotlet warzywny 100 g ( <b>SELER, PSZENICA</b> )
			Ziemniaki puree 180 g
			Surówka koperkowa 150 g ( <b>MLEKO</b> )
		Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK		Serek homogenizowany 1 szt.	
KOLACJA		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 100 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Szynka z indyka 60 g ( <b>SOJA</b> )
			Marchewka gotowana 50 g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
		Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml
II KOLACJA		Kefir 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )	Kefir 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
Wartość energetyczna		2133kcal, Białko: 80g, Tłuszcze: 55g, Tłuszcze nasycone: 14g, Węglowodany ogółem: 385g; W tym cukry: 30g; Błonnik pokarmowy: 30g; Sód: 1500 mg	2164 kcal, Białko: 96g, Tłuszcze: 78g, Tłuszcze nasycone: 26g, Węglowodany ogółem: 272g; W tym cukry:12g; Błonnik pokarmowy: 39g; Sód: 1500 mg

## UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszemica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.

ŚRODA 31.01.2024 r.

ŚRODA 31.01.2024 r.			
ŚNIADANIE	TEMP	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ/ PĄPKOWATĄ	DIETA ROZDROBNIONĄ
		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Kefir 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Paszтет drobiowy 100 g ( <b>JAJA, MLEKO, PSZENICA, SOJA</b> )
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Pomidor bez skórki pokrojony w kostkę 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE		Budyń 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )	
OBIAD		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Zupa dyniowa 350 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )
			Pierś z kurczaka soute 100 g ( <b>PSZENICA</b> )
			Ziemniaki puree 180 g
			Marchewka gotowana 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK		Jogurt naturalny 1 szt.	
KOLACJA		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 100 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Pasta z pieczonego dorsza 100 g ( <b>JAJA, GORCZYCA</b> )
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Pomidor bez skórki pokrojony w kostkę 50 g
		Herbata ziołowa 250 ml	Herbata ziołowa 250 ml
II KOLACJA		Mus owocowo-jogurtowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )	Mus owocowo-jogurtowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
Wartość energetyczna		2237kcal, Białko: 101g, Tłuszcze: 70g, Tłuszcze nasycone: 24g, Węglowodany ogółem: 308g; W tym cukry: 40g; Błonnik pokarmowy: 25g; Sód: 1500 mg	2274 kcal, Białko: 106g, Tłuszcze: 82g, Tłuszcze nasycone: 25g, Węglowodany ogółem: 279g; W tym cukry: 16g; Błonnik pokarmowy: 39g; Sód: 1500 mg

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszemica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.

CZWARTEK 01.02.2024 r.

CZWARTEK 01.02.2024 r.			
<b>ŚNIADANIE</b>	TEMP.	<b>DIETA PLYNNA WZMOCNIONA/ PAKOWATA</b>	<b>DIETA ROZDROBNIONA</b>
		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Parówki cielęce pokrojone 3 szt. ( <b>PSZENICA, JAJA, SOJA</b> )
			Ketchup 10 g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Marchewka gotowana 50 g
		Herbata z cytryną 250 ml	Herbata z cytryną b/c 250 ml
<b>II ŚNIADANIE</b>		Budyń na mleku roślinnym 250ml ( <b>MLEKO</b> )	
<b>OBIAD</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Zupa ogórkowa ze świeżych ogórków 350 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )
			Gulasz wieprzowo- wołowy duszony z warzywami 300g ( <b>MLEKO, PSZENICA</b> )
			Kopytka 150g ( <b>PSZENICA, JAJA</b> )
		Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml
<b>PODWIECZOREK</b>		Mus owocowo-jogurtowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )	
<b>KOLACJA</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 25 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Salatka makaronowa z pomidorami, pietruszką, szynką 250 g ( <b>PSZENICA</b> )
			Herbata 250 ml
<b>II KOLACJA</b>		Skyr 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )	Skyr 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
<b>Wartość energetyczna</b>		2211 kcal, Białko: 76g, Tłuszcze: 82g, Tłuszcze nasycone: 20g, Węglowodany ogółem: 302g; W tym cukry: 34g; Błonnik pokarmowy: 25g; Sód: 1500 mg	2383kcal, Białko:104g, Tłuszcze: 102g, Tłuszcze nasycone: 23g, Węglowodany ogółem: 267g; W tym cukry: 12g; Błonnik pokarmowy: 22g; Sód: 1500 mg

## UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszenica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.

PIĄTEK 02.02.2024 r.

	TEMP	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ/ PĄPKOWATĄ	DIETA ROZDROBNIONĄ
<b>ŚNIADANIE</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Serek homogenizowany 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Pasta z jaj ze szczypiorkiem 100 g ( <b>MLEKO</b> )
			Pomidor bez skóry pokrojony w kostkę 50 g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Herbata z cytryną b/c 250 ml
<b>II ŚNIADANIE</b>		Jabłko pieczone 1 szt.	
<b>OBIAD</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Zupa brokułowa 350 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )
			Ryba 100 g w sosie śmietankowym 80g ( <b>MLEKO, PSZENICA</b> )
			Ryż 180 g
			Mini marchewka gotowana pokrojona 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml
<b>PODWIECZOREK</b>		Serek homogenizowany 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. ( <b>PSZENICA, ŻYTO, MLEKO</b> )
<b>KOLACJA</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 100 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Twaróg 100 g ( <b>MLEKO</b> )
			Dżem 2 szt.
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Marchewka gotowana 50 g
		Herbata owocowa 250 ml	Herbata owocowa 250 ml
<b>II KOLACJA</b>		Mus owocowy 1 szt.	Mus owocowo-jogurtowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
<b>Wartość energetyczna</b>		2252kcal, Białko: 104g, Tłuszcze: 71g, Tłuszcze nasycone: 22g, Węglowodany ogółem: 312g; W tym cukry: 34g; Błonnik pokarmowy: 25g; Sód: 1500 mg	2303 kcal, Białko: 111g, Tłuszcze: 90g, Tłuszcze nasycone: 25g, Węglowodany ogółem: 266g; W tym cukry: 9g; Błonnik pokarmowy: 40g; Sód: 1490 mg

**UWAGA:**

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszenica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.

SOBOTA 03.02.2024 r.

	TEMP.	DIETA PŁYNNĄ WZMOCNIONĄ/ PĄPKOWATĄ	DIETA ROZDROBNIONĄ
<b>ŚNIADANIE</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Jogurt naturalny 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Pasta mięsna 30 g ( <b>SOJA</b> )
			Hummus gotowy 115g ( <b>SELER, GORCZYCA, SOJA</b> )
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Pomidor bez skóry pokrojony w kostkę 50 g
			Herbata z cytryną 250 ml
	<b>II ŚNIADANIE</b>		Kisiel 300ml
<b>OBIAD</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Zupa selerowa 350 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )
			Łazanki z mięsem mielonym i warzywami 250 g ( <b>SELER, PSZENICA</b> )
			Makaron pszenny rozdrobniony 180g ( <b>PSZENICA</b> )
			Kompot b/c 250 ml
<b>PODWIECZOREK</b>		Jogurt naturalny 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. ( <b>PSZENICA, ŻYTO, MLEKO</b> )
<b>KOLACJA</b>		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 100 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Twarożek z suszonymi pomidorami 100g ( <b>MLEKO</b> )
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Marchewka gotowana 50 g
			Herbata ziołowa 250 ml
<b>II KOLACJA</b>		Sok wielowarzywny 1 szt.	Sok wielowarzywny 1 szt.
<b>Wartość energetyczna</b>		2290kcal, Białko: 109g, Tłuszcze: 90g, Tłuszcze nasycone: 25g, Węglowodany ogółem: 309g; W tym cukry: 15g; Błonnik pokarmowy: 25g; Sód: 1500 mg	2276 kcal, Białko: 106g, Tłuszcze: 88g, Tłuszcze nasycone: 17g, Węglowodany ogółem: 296g; W tym cukry: 13g; Błonnik pokarmowy: 25g; Sód: 1500 mg

## UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszemica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.

NIEDZIELA 04.02.2024 r.

NIEDZIELA 04.02.2024 r.			
ŚNIADANIE	TEMP	DIETA PLYNNA WZMOCNIONA/ PAPPKOWATA	DIETA ROZDROBNIONA
		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, MLEKO</b> )	Serek wiejski 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
			Chleb pszenny bez skórki 75 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Pasta mięsna 60g ( <b>PSZENICA, JAJA</b> )
			Pomidor bez skórki pokrojony w kostkę 50 g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Herbata z cytryną b/c 250 ml
II ŚNIADANIE		Kisiel 300 ml	Kanapka razowa z serem białym 1 szt. ( <b>PSZENICA, ŻYTO, MLEKO</b> )
OBIAD		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Zupa neapolitańska z makaronem 350 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )
			Podudzie z kurczaka w ziołach pieczone i rozdrobnione bez skórki 2 szt.
			Ziemniaki puree 180 g
			Surówka z buraczków 150 g
		Kompot 250 ml	Kompot b/c 250 ml
PODWIECZOREK		Serek wiejski 1 szt.	Kanapka razowa z wędliną 1 szt. ( <b>PSZENICA, ŻYTO, MLEKO</b> )
KOLACJA		Zupa krem 500 ml ( <b>SELER, PSZENICA, MLEKO</b> )	Chleb pszenny bez skórki 100 g ( <b>PSZENICA, ŻYTO</b> )
			Parówki śniadaniowe rozdrobnione 2 szt. ( <b>SOJA, MLEKO, GORCZYCA, SELER</b> )
			Ketchup 10 g
			Masło 10 g ( <b>MLEKO</b> )
			Marchewka gotowana 50 g
		Herbata 250 ml	Herbata 250 ml
II KOLACJA		Mus ryżowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )	Mus ryżowy 1 szt. ( <b>MLEKO</b> )
Wartość energetyczna		2089 kcal, Białko:98g, Tłuszcze: 67g, Tłuszcze nasycone: 25g, Węglowodany ogółem: 278g; W tym cukry: 37g; Błonnik pokarmowy: 24g; Sód: 1500 mg	2292 kcal, Białko:110g, Tłuszcze: 82g, Tłuszcze nasycone: 26g, Węglowodany ogółem: 282g; W tym cukry: 21g; Błonnik pokarmowy: 40g; Sód: 1500 mg

UWAGA:

- Wykaz wszystkich alergenów stosowanych w kuchni szpitalnej: zboża zawierające gluten, soja, mleko, skorupiaki, mleko, skorupiaki, jaja, ryby, orzeszki ziemne/arachidowe, orzechy, seler, gorczyca, nasiona sezamu, dwutlenek siarki, siarczyny, łubin, mięczaki. Alergeny oznaczono zgodnie z Rozporządzeniem 1169/2011 Parlamentu Europejskiego i Rady.
- Z przyczyn obiektywnych jadłospis może ulec zmianie, zwłaszcza w zakresie podawania warzyw i owoców oraz dań z nich przygotowywanych.
- Szczegółowy wykaz składników dań kulinarnych oraz produktów spożywczych dostępny na życzenie u dietetyka / szefa kuchni.
- Pszemica, jęczmień, żyto, owies** - zboża zawierające lub mogące zawierać **GLUTEN**.