

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.01.2025 (czwartek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), miód 25g (7), sałata 3 listki, kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9),ziemniaki 230g, kiełbasa mortadela w cieście 150gg (1,3,7,9,10),surówka z jarzyn mieszanych 100g (9) kompot 220mlPODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 50g (6), ser hochland 25g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa 220ml (1)DIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka gotowana 30g (6), twaróg 50g (7), papryka 100g, sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), jajko 50g (3)OBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki 230g, schab duszony w sosie 250g (1,6,9),surówka z jarzyn mieszanych 100g (9), kompot b/c 220mlPODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 50g (6), twaróg 50g (7),sałatka z sałaty i rukoli 100g, herbata b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), miód 25g (7), sałata 3 listki, kawa zbożowa 220mlOBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki got.230g, gulasz ze schabu gotowany w sosie 200g (1,6,9), szpinak oprószany 100g (1), kompot 220mlPODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta kiełbasa szynkowa 30g (6), twaróg 50g (7), sałatka z sałaty i Rukli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa 220ml (1) |

 1

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 30.01.2025 (czwartek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), paprykarz z dorsza 60g(4,9), pomidor 50g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: koktajl owocowy 100mlOBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki got. 250g, schab got. na parze 100g, surówka z jarzyn mieszanych 100g (9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: galaretka owocowa z waflem ryżowym 100g/1sztKOLACJA: margaryna roślinna 40% 15g (7), pieczywo pszenne 100g (1), kiełbasa szynkowa 50g (6), ser hochland 25g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa 220ml (1) DIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty 60g (7), ogórek korniszon 100g, sałata 3 listkiŚNIADANIE II: kisiel z malinami 100mlOBIAD: zupa krupnik 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, schab got. na parze 100g, surówka z jarzyn mieszanych 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny z musli bezglutenowym 100/60g (7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, papryka 100g, herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana 60g (6), miód 25g, sałata 30g 3 liście, pomidor 100g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki got.250g, schab got. na parze 100g, surówka z jarzyn mieszanych 100g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, papryka 100g, herbata 220ml  | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka gotowana 50g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, sałata 3 liście, mleko 220ml (7)OBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki got.250g, gulasz ze schabu gotowanego w sosie 200g (1,6,7,9), szpinak oprószany 100g (1) kompot 220mlPODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 50g (6), ser hochland 25g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (1,7)DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), miód 25g,sałata 3 liście, kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki 230g, gulasz ze schabu gotowanego w sosie 200g (1,6,7,9), szpinak oprószany 100g (1) kompot 220mlPODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 50g (6), ser hochland 25g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa 220ml (1)DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), chleb graham 50g,(1), twaróg 50g (7), miód 25g,sałata 3 liście, kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa krupnik 400g (1,6,9), ziemniaki 230g, gulasz ze schabu gotowanego w sosie 200g (1,6,7,9), szpinak oprószany 100g (1) kompot 220mlPODWIECZOREK: kanapka z serkiem topionym (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 50g (6), ser hochland 25g (7), pomidor 100g, kawa zbożowa 220ml (1) |

 1

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.01.2025 (piątek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: makaron na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jaj i twarogu 50g (3,7),blok szynkowy 30g (6), sałata 3 listki, kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, kotlet z ryby 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej 100g, kompot 220 mlPODWIECZOREK: budyń 150g (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (10),ser topiony 25g (7), sałatka z sałaty z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jaj i twarogu 50g (3,7), blok szynkowy 30g (6), sałata 3 listki, pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),szynka gotowana 30g (6)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, kotlet rybny 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej 100g, kompot 220mlPODWIECZOREK: budyń 150g (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (10),ser topiony 25g (7), sałatka z sałaty z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: makaron na mleku 400ml (1,7),wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z białek i twarogu 50g (3,7),sałata 3 listki, szynka drobiowa 30g (6), kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, pulpet rybny gotowany w sosie koperkowym 100g (1,4), buraczki oprószane 100g (1,) kompot 220ml PODWIECZOREK: budyń 150g (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (10), dżem 25g , sałatka z sałaty z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa 220ml |

 2

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 31.01.2025 (piątek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: makaron na mleku 400ml (1,7) margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jaj i twarogu 50g (3,7),sałata 3 listki, szynka drobiowa 30g (6), kawa zbożowa 220ml (1)ŚNIADANIE II: kanapka z serkiem (1,7)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, kotlet rybny 100g (1,3,4), surówka z kapusty kiszonej 100g, kompot 220mlPODWIECZOREK: budyń 150g (7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (10), dżem 25g , sałatka z sałaty z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty 60g (7), ogórek korniszon 100g, sałata 3 listkiŚNIADANIE II: kisiel z malinami 100mlOBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, filet rybny got. na parze 100g, surówka z kapusty kiszonej 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny z musli bezglutenowym 100/60g (7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), parówka delikatesowa 70g (10), pomidor 100g, papryka 100g,herbata owocowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem truskawkowy 50g, miód naturalny 25g , pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa grysikowa 400g (1,9), ziemniaki got.250g, ) , ryba gotowana 100g (1,4), surówka z kapusty kiszonej 100g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: kisiel z malinami 100mlKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (10), pomidor 100g, papryka 100g,herbata owocowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: makaron na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jaj i twarogu 150g (3,7),sałata 3 listki, pomidor 100g, kawa zbożowa z mlekiem 220ml (1,7)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos koperkowy 150g (1,7), buraczki oprószane 100g, kompot 220mlPODWIECZOREK: budyń 150g (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (10) sałata ze śmietaną 100g (7) herbata owocowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: makaron na mleku 400ml (1,7),wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z białek i twarogu 50g (3,7),sałata 3 listki, szynka drobiowa 30g (6), kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, pulpet rybny gotowany w sosie koperkowym 100g (1,4), buraczki oprószane 100g (1,) kompot 220ml PODWIECZOREK: budyń 150g (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (10), dżem 25g , sałatka z sałaty z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: makaron na mleku 400ml (1,7),wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z białek i twarogu 50g (3,7),sałata 3 listki, szynka drobiowa 30g (6), kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa grysikowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, pulpet rybny gotowany w sosie koperkowym 100g (1,4), buraczki oprószane 100g (1,) kompot 220ml PODWIECZOREK: budyń 150g (1,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (10), dżem 25g , sałatka z sałaty z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa 220ml |

 2

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.02.2025 (sobota)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg z rzodkiewką 50g (7), jajko gotowane 30g (3),sałata 3 listki, herbata 220mlOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100g KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa (1) 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), jajko gotowane 50g (3),sałatka z sałaty i ogórka kiszonego 100g, herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek żólty 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet mielony 100g (1,3), surówka z jarzyn mieszanych 130g (7,9) kompot b/c220ml PODWIECZOREK: jabłko 100g KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), herbata b/c 220ml DIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), twaróg z koperkiem 50g (7),sałata 3 listki, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa (1) 220ml |

 3

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 01.02.2025 (sobota)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), twaróg z koperkiem 50g (7),sałata 3 listki, herbata czarna 220ml ŚNIADANIE II: kanapka z serkiem topionym (1,7)OBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100g KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa (1) 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser mocarella 60g , szynka gotowana 50g, pomidor 50g,papryka 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: jabłko 100gOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (9,1), Leczo z cukinią, kurczakiem, papryką, pomidorami 300gPODWIECZOREK: babeczka bezglutenowa z nadzieniem czekoladowym 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), pomidor 100g, sałata 3 listki, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa (1) 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7),wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), twaróg z koperkiem 100g (7),sałata 3 listki, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 50g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), twaróg z koperkiem 50g (7),sałata 3 listki, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa (1) 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), twaróg z koperkiem 50g (7),sałata 3 listki, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ziemniaczana z pietruszką 400g (1,9), kasza jęczmienna 250g (1), gulasz w jarzynach 150g (1,6,7,9), kompot 220mlPODWIECZOREK: jabłko 100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo pszenne (baton wrocławski)100g (1), szynka drobiowa 60g (6),twaróg 30g (7), sałatka z sałaty i rukoli z sosem winegret 100g (10), kawa zbożowa (1) 220ml |

 3

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.02.2025 (niedziela)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, kotlet z fileta drobiowego 100g (1,3), surówka z kapusty pekińskiej 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: kisiel 150gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),ser żółty 50g(7), kiełbasa szynkowa 30g (6), sałatka z sałaty, rzodkiewki, ogórka zielonego z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa (1) 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek wiejski 200g (7), sałata lodowa 30gOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewki z fasolką z wody 100g (13) kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: kisiel b/c 150gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty 50g(7), kiełbasa szynkowa 30g (6), sałatka z sałaty, rzodkiewki, ogórka zielonego z sosem winegret 100g (10), herbata owocowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewka z wody 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: kisiel 150gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód 25g, sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml |

 4

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 02.02.2025 (niedziela)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), serek topiony 30g (7), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlŚNIADANIE II: sałatka owocowa 100gOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: kisiel 150gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód 25g, sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , herbata 220mlŚNIADANIE II: sałatka owocowa 100gOBIAD: zupa rosół z makaronem bezgl 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: Smoothie z jarmużem 150gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód 25g, sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa (1) 220mlOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: kisiel 150gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód 25g, sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), serek topiony 30g (7), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: budyń 150g (7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), serek wiejski 200g (7), sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewka z wody 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: kisiel 150gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód 25g, sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1),serdelka na gorąco 90g (6), musztarda 10g (10), pomidor z sałatą 100g , kawa zbożowa z mlekiem (1,7) 220mlOBIAD: zupa rosół z makaronem 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3), surówka marchewka z wody 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: kisiel 150gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa szynkowa 60g (6), miód 25g, sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml |

 4

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025 (poniedziałek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), makaron z sosem mięsnym z soją 300g (1,6,7,9)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt owocowy 150g (7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z kurczaka 50g (1,6,7),jajko gotowane 30g (3), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), kiełbasa szynkowa 30g, papryka 50g, sałata 30g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek ziołowy20g (7), OBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), ziemniaki 250g, klopsiki drobiowo-wieprzowe 100g (1,3,6,9), surówka z selera korzeniowego i ogórka kiszonego 100g (9),kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny 150g (7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z kurczaka 50g (1,6,7), jajko gotowane 30g (3)sałata 3listki, herbata czarna b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), makaron z sosem mięsnym 300g (1,6,9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt owocowy 150g (7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta mięsna 50g (1,6,7), twaróg 50g (7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml |

 5

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 03.02.2025 (poniedziałek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: zacierka na mleku 400 ml (7),margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), twaróg 50g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: kanapka z jajkiem (1,3)OBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), makaron z sosem mięsnym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt owocowy 150g (7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta mięsna 50g (1,6,7), twaróg 50g (7), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), twaróg bezglut.50g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220ml ŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,7,9), makaron bezgl. z twarogiem naturalnym bezgl. I cynamonem 300g (1,7),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta mięsna 50g (1,6,7), ser żółty bezglu. 50g (7), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: zacierka na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata zielona 3 listki, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa jarzynowa nie zabielana 400g (1,9), makaron z sosem mięsnym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta mięsna 100g (1,6,7),pomidor 100g, herbata czarna 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), twaróg 200g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), makaron z serem białym i cynamonem300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt owocowy 150g (7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta mięsna 50g (1,6,7), serek topiony 25g (7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml DIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 50g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), makaron z sosem mięsnym z soją 300g (1,6,7,9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt owocowy 150g (7) KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta mięsna 50g (1,6,7), twaróg 50g (7), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: zacierka na mleku na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), twaróg 50g (7), dżem 25g, sałata 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,9), makaron z sosem mięsnym z soją 300g (1,6,7,9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt owocowy 150g (7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta mięsna 50g (1,6,7), twaróg 50g (7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml |

 5

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.02.2025 (wtorek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6),dżem 25g , ogórek kiszony 100g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 100g (1,3,6,7,9), ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6),jajko gotowane 50g (3), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg 40g (7), ogórek kiszony 50g OBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9), klopsiki duszone w sosie 100g (1,3,6,7,9,10), ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 100g, kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7),wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6),dżem 25g , pomidor 100g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9), pulpety drobiowo-wieprzowe gotowane w sosie 100g (1,3,6,7,9), ziemniaki 250g, sałatka z buraczków 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 6

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 04.02.2025 (wtorek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6),dżem 25g , sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9),ziemniaki 250g, klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 100g (1,3,6,7,9), sałatka z buraczków 100g (1)kompot owocowy 220ml, PODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ciabatta z prosciutto 1szt, szynka tostowa z indyka 60g (6), pomidor 50g,herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: shake malinowy 100gOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9), ziemniaki got.250g, klopsik 100g (1,7), sałatka z buraczków 100g (10),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), parówka delikatesowa z kurcząt 70g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9), klopsik 100g (1,9), sałatka z buraczków 100g,kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6),twaróg 100g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9), klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie100g (1,3,7,6,9), sałatka z buraczków100g , kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7),pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6),dżem 25g , sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9),ziemniaki 250g, klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 100g (1,3,6,7,9), sałatka z buraczków 100g (1)kompot owocowy 220ml, PODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6),dżem 25g , sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa ryżowa 400g (1,9),ziemniaki 250g, klopsiki drobiowo-wieprzowe duszone w sosie 100g (1,3,6,7,9), sałatka z buraczków 100g (1)kompot owocowy 220ml, PODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), parówka delikatesowa 70g (6), twaróg 50g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 6

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.02.2025 (środa)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 400ml (7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z twarogu i chrzanu na sałacie 100g (7,10)szynka drobiowa 30g(6),kawa zbożowa 220ml (1)OBIAD: zupa makaronowa 400g (1,6,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty (7), herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z twarogu i chrzanu na sałacie 100g (7,10)szynka drobiowa 30g(6),kawa zbożowa b/c 220ml (1)II ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek topiony 20g (7),sałata 30gOBIAD: zupa makaronowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, ćwiartka drobiowa duszona 100g , marchewka z wody 100g, kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty (7) , herbata czarna b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 400ml(1,7), wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), twaróg na sałacie 100g (7),szynka drobiowa 30g (6), kawa zbożowa na mleku(1,7) 220mlOBIAD: zupa makaronowa 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty (7) , herbata czarna 220ml |

 7

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 05.02.2025 (środa)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 400ml (1,7),margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z twarogu 100g (7),dżem niskosłodzony truskawkowy 25g , kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlŚNIADANIE II: kanapka z serkiem (7)OBIAD: zupa makaronowa 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty30g (7) , herbata malinowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty 50g(7), pasta z jajek 50g (7,3) herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: koktajl szpinakowy z bananem 150mlOBIAD: zupa z makaronem bezglu. 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka tyrolska 60g (6), ogórek zielony 100g, sałata 3 listki,herbata malinowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajek 50g (3,7), dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa makaronowa bez zabielania 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka tyrolska 60g (6), ogórek zielony 100g, sałata 3 listki, herbata malinowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z twarogu i chrzanu na sałacie 150g (7,10), kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlOBIAD: zupa makaronowa 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty30g (7) , herbata czarna 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z twarogu i chrzanu na sałacie 100g (7,10), kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlOBIAD: zupa makaronowa 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty 30g(7) , herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z twarogu i chrzanu na sałacie 100g (7,10), kawa zbożowa na mleku (1,7) 220mlOBIAD: zupa makaronowa 400g (1,9), ryż biały 250g,ćwiartka drobiowa duszona w marchewce 100g (1,6,9) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa 100g (1,3,7,9), ser żółty 30g(7) , herbata czarna 220ml |

 7

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.02.2025 (czwartek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, kotlet z piersi kurczaka 100g (1,3), surówka marchewki i chrzanu 130g (7,10) kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa b/c220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek wiejski 200g (7), sałata lodowa 30gOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki i chrzanu 130g (7,10) kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa 220ml OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml |

 8

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 06.02.2025 (czwartek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: sałatka owocowa 100gOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: sałatka owocowa 100gOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g, serek topiony 20g (7), pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa 60g (6), serek topiony 20g (7),dżem brzoskwiniowy 25g, pomidor100g, herbata owocowa 220ml OBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka wieprzowa 60g (6), dżem brzoskwiniowy 25g, serek topiony 20g (7), pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa pomidorowa z ryżem 400g (1,7,9), ziemniaki got. 250g, piersi kurczaka gotowana 100g (1,3),sos pietruszkowy 100g (1) surówka marchewki (sparzonej) z olejem rzepakowym 130g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: babka jogurtowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasztet drobiowo-wieprzowy 60g sałata lodowa 60g herbata owocowa 220ml |

 8

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.02.2025 (piątek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty 60g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,13,9), łazanki z kapustą kiszoną 300g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek ziołowy20g (7), roszponka 30gOBIAD: zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,13,9), łazanki (makaron brązowy) z kapustą kiszoną 300g (1)kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 9

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.02.2025 (piątek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, roszponka 30g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), dżem niskosłodzony 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ziemniaki got.250g, potrawka z kurczaka 100g (1,7), bukiet gotowanych warzyw 100g (9),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, roszponka 30g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż biały z jabłkiem duszonym300g , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czrna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), makaron łazankowy z serem białym 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 9

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2025 (sobota)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), ogórek kiszony 100g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), ogórek kiszony 100g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa got. 40g (6), pomidor 50g OBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 10

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.02.2025 (sobota)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: mus z przetartych owoców 100gOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ciabatta z prosciutto 1szt, szynka parmeńska 60g (6), pomidor 50g,herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: mus z przetartych owoców 100gOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), ziemniaki got.250g, klopsik 100g (1,7), surówka z buraka czerwonego100g (10),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami bez zabielania 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa brokułowa z ziemniakami 400g (1,9), risotto mięsno (wieprzowe) – warzywne (cukinia, kalafior, brokuł, marchew, seler, pietruszka) 300g (1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml, PODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 10