

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Poniedziałek 31.03.2025

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszennego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Szynkówka drobiowa^{1,6,7,9,10,11} (30g) (34kcal) / **9.** – szynkówka 45g
Jogurt naturalny z domową gramolą i musem z mrożonych truskawek^{1,7} (130g)(149kcal)/ **ML.** – jogurt kokosowy⁸
Ogórek z koperkiem (40g/10g)(7kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki z koperkiem (40g/10g)
Herbata zielona 250ml

II Śniadanie*

Salatka z jajkiem na twardo (pomidor, papryka, ogórek, oliwki, oliwa, sok z cytryny) 70/50g⁷ (137kcal) **2-** w salacie pomidory bez skórki i zamiast ogórka oraz papryki więcej pomidorów
Woda 250ml

Obiad

Zupa fasolowa⁹ 300ml (182 kcal) / **2./3.** – Lekka zupa jarzynowa ^{7,9} (300ml) (125 kcal)
Zrazy w sosie (150g/ w tym 100g mięsa)(229kcal) /**2./3.** – udka z kurczaka w sosie własnym^{1,3} 100g
Kasza gryczana 200g (184kcal) /**2./3.** – kasza bulgur ¹ 200g (166kcal)
Buraczki na ciepło 120g (100 kcal)
Kompot wielowocowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Mandarynka 1szt.*

Podwieczorek

Jabłko 1 szt. /**2./3.** – jabłko pieczone 1 szt.

Kolacja

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszennego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Polędwica sopocka^{1,6,9} (30g) (42kcal)/ **9.** – polędwica 45g / **3.** –szynka z indyka 30g
Ser Gouda⁷ (30g)(95kcal) / **9.** – ser Gouda⁷ 45g / **ML.** – ser wegański⁶ 30g/ **3.** –Twarożek ⁷ (30g) (72kcal)
Pomidor z cebulką (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki bez cebulki (50g)
Kakao naturalne na mleku 250ml^{1,7} (154kcal) /**ML.**- na napoju owsianym 250ml¹ (190kcal) /**6./3.** – bez cukru

II Kolacja*

Jogurt naturalny 200g⁷ (134kcal) **ML-** jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7- Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Wtorek 01.04.2025

Śniadanie

Płatki owsiane gotowane na mleku z bananem i orzechami^{1,7,8} 40g/ 150ml/ 50g/ 10g/(345kcal) / **ML**.
– na mleku owsianym¹

Chleb żytni pełnoziarnisty¹ (50g)(93 kcal) / **2**. – zamiast chleba pełnoziarnistego chleb pszenny¹ (147 kcal)

Masło⁷ 10g (150 kcal)/ **3**. – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (20g) (24 kcal)

Szynka babuni^{1,6,9} (30g) (76kcal) /**9**. – szynka babuni 45g/ **3**. –filet z kurczaka 30g

Papryka kolorowa pokrojona w paski (30g)(3kcal) /**2./3**. - pomidor bez skórki 30g

Pomidor (20g)(3kcal) /**2./3**. – pomidor bez skórki 20g

Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Sok pomidorowy 200g (36kcal)

Obiad

Pomidorowa zupa z ryżem^{7,9} 210ml /90g (180kcal) **ML**. / **3**. /**6**.- z ryżem pełnoziarnistym, zabieleną śmietaną sojową⁸

Filet z indyka w sosie koperkowym ^{1,7} 220g (153kcal) / **ML**. / **3**. – zabieleny śmietaną sojową ⁸ (300ml)

Ziemniaki gotowane (200g) (154kcal)

Surówka z kapusty pekińskiej i warzyw (120g) (47kcal) /**2./3**. - Brokuł gotowany 120g

Kompot jabłkowy 250ml (80kcal) / **6./3**. – bez cukru (60 kcal)

Jabłko 1szt.*

Kolacja

Kiełbasa podwawelska na ciepło^{1,3,6,7,9,10,11} 100g (186kcal)/ **9**. – kiełbasa 120g /**2./3**. – kiełbasa drobiowa na ciepło 100g

Do wyboru: musztarda 10g^{3,6,7,9,11} (16kcal) i/lub ketchup 10g^{1,9} (10kcal) /**2./3**. – bez musztardy i ketchupu

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2**. – zamiast pełnoziarnistego graham¹

Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3**. – zamiast pszennego graham¹

Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3**. – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)

Serek z ziołami⁷ (30g)(72kcal)/ **9**. – serek 45g/ **ML**.– tofu wędzone⁶ 30g

Ogórek kiszony (50g)(6kcal) /**2./3**. – pomidor bez skórki (50g)

Herbata owocowa z cukrem (250ml) (15 kcal) / **6./3**. – bez cukru

II Kolacja*

Kefir naturalny 360ml⁷ (148kcal) **ML**- jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Środa 02.04.2025

Śniadanie

Bułka grahamka¹ (90g)(235kcal)
Chleb pszenny¹ (35g)(90kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Jajecznica ze szczypiorkiem^{3,7} (100/5g)(180kcal) / **9.** - jajecznica (155g)/ **ML./3.** - Jajecznica na oleju rzepakowym³ / **2./3.** – bez szczypiorku
Kiełbasa krakowska sucha^{3,6,7,9,10,11} (30g)(93kcal) / **9.** – kiełbasa krakowska sucha (45g)(140 kcal)/ **3.**
– szynka z indyka^{1,6,7,9,10,11} (30g) (34kcal)
Pomidor z cebulką (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 50g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Jogurt naturalny 200g⁷ (134kcal) **ML-** jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Obiad

Grochówka na boczku (300ml)(254kcal) /**2./3.**– Zupa koperkowa z pierśią z kurczaka⁷ 300ml (163kcal)
Pierogi leniwe (300g) ze śmietaną i cukrem i mussem wiśniowym (50g/3g)^{1,3,7} (382kcal) / **ML. / 3.** – zabieleną śmietaną sojową⁸zwykłej / **6.** –na mące pełnoziarnistej (300g), bez cukru
Banan 1 szt.
Kompot truskawkowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Pomarańcza 1szt.*

Kolacja

Rolmopsy ze śledzi^{3,4,7} (100g)(131kcal) /**2./3.**– zamiast śledzia dorsz w sosie pomidorowym ⁴ (100g)
Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Schab zapiekany w ziołach^{3,6,7,9,10,11} (30g)(52kcal) / **9.** - schab zapiekany w ziołach 45g / **3.** – szynka delikatna 30g
Ogórek (30g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 30g
Papryka kolorowa pokrojona w paski (20g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 20g
Herbata zielona 250ml

II Kolacja*

Wrap pszenny z szynką drobiową i warzywami (pomidor, papryka, sałata) 60g^{1,3,6,7,9} (116kcal) **2-** pomidor bez skórki, bez papryki **6-** wrap pełnoziarnisty **W-** z serem żółtym⁷
Woda 250ml

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Czwartek 03.04.2025

Śniadanie

Płatki owsiane gotowane na mleku z bananem i orzechami^{1,7,8} 40g/ 150ml/ 50g/ 10g/(345kcal) / **ML**.
– na mleku owsianym¹
Chleb żytni pełnoziarnisty¹ (50g)(93 kcal) / **2**. – zamiast chleba pełnoziarnistego chleb pszenny¹ (147 kcal)
Masło⁷ 10g (150 kcal)/ **3**. – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (20g) (24 kcal)
Szynka wiejska^{1,6,9} (30g) (78kcal) / **9**. – szynka wiejska 45g/ **3**. - filet z kurczaka 30g
Pomidor z koperkiem (40g/10g)(6kcal) /**2./3**. – pomidor bez skórki 50g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Chleb żytni bez drożdży 40g¹⁺ + pasta twarogowa z suszonymi pomidorami 20g⁷ (198kcal) **2**- chleb pszenny¹ **ML**- szynka drobiowa 15g^{1,6,9} + ogórek
Woda 250ml

Obiad

Ogórkowa z ziemniakami^{7,9} 300ml (150kcal) / **ML**. / **3**. – zabieleną śmietaną sojową^{6/2./3}. – Krem z cukinii ^{7,9} 300ml (148kcal)
Filet z kurczaka panierowany ^{3,7,11} (120g, w tym 100g mięsa) (277 kcal)) /**9**. – mięso 130g/**3**. – Filet z kurczaka w ziołach na parze (100g)
Ziemniaki gotowane z koperkiem (200g) (154kcal)
Marchew zasmażana (120g)(78kcal)
Kisiel z owoców mrożonych do picia 250ml (89kcal) / **6./3**. – bez cukru (60 kcal)
Banan 1szt.*

Podwieczorek

Kiwi 1szt(78 kcal)

Kolacja

Spaghetti w mięsem wieprzowym 180g (makaron 100g/sos pomidorowy z mięsem 80g)(244kcal)/ **6**. – z makaronem pełnoziarnistym / **3**. – z mięsem mielonym z indyka
Chleb żytni pełnoziarnisty¹ (50g)(93 kcal) / **2**. – zamiast chleba pełnoziarnistego chleb pszenny¹ (147 kcal)
Masło⁷ 10g (150 kcal)/ **3**. – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (20g) (24 kcal)
Kiełbasa krakowska sucha^{3,6,7,9,10,11} (30g)(93kcal) / **9**. – kiełbasa krakowska sucha (45g)(140 kcal) / **3**. – szynka delikatna 30g
Papryka pokrojona w paski (50g) /**2./3**. – pomidor bez skórki 50g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

Jogurt naturalny 200g⁷ (134kcal) **ML**- jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Piątek 04.04.2025

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszennego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Pasta twarogowa ze słodką papryką 40g/ **9.** – pasta 65g / **ML.** – pasta z tofu⁶ 40g
Ser Gouda⁷ (30g)(95kcal) / **9.** – ser Gouda⁷ 45g / **ML.** – ser wegański⁶ 30g/ **3.** – jogurt naturalny 100g (60kcal) z otrębami pszennymi ¹ (10g)
Ogórek kiszony (50g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki (50g) (6kcal)
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Salatka z mozzarellą (pomidor, ogórek, oliwki, oliwa, sok cytrynowy) 70/50g⁷ (137kcal) **2-** w salacie pomidory bez skórki i zamiast ogórka więcej pomidorów
Woda 250ml

Obiad

Zupa szczawiowa z ¼ jajka (12,5g)^{3,7,9} 300ml (112kcal) / **ML.** / **3.** – zabieleną śmietaną sojową⁸ zamiast zwykłej
Dorsz zapiekany w panierce^{1,3,4} (115g, w tym 100g ryby)(143kcal) / **9.-** dorsz 150g /**2./3.** – Dorsz w koperku gotowany na parze⁴
Ziemniaki z koperkiem 200g (154kcal)
Surówka z białej kapusty z papryki i koperkiem z oliwą 120g (48kcal) /**2./3.** - Surówka z marchewki z nutą chrzanu⁷ 120g (75kcal)
Kompot wiśniowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Pomarańcza 1szt.*

Podwieczorek

Banan 1 szt.

Kolacja

Salatka jarzynowa^{3,7,10} 100g (84kcal) podawana na liściu sałaty (10g)/ **ML.** - jogurt sojowy⁶ zamiast naturalnego
Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszennego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Serek z ziołami ⁷ 30g / **ML** – ser wegański⁶ 30g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

Jogurt pitny owocowy 170ml⁷ (107kcal) **6-** jogurt naturalny 200g⁷ (134kcal) **ML-** jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Sobota 05.04.2025

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenne graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Serek homogenizowany o smaku waniliowym⁷ (opakowanie jednostkowe) (114kcal)/ **ML.** – jogurt sojowy⁶ 100g
Szynka akademicka^{3,6,7,9,10,11} (30g)(43kcal) / **9.** – szynka akademicka 45g / **3.** – szynka delikatna 30g
Ogórek (30g)(3kcal) / **2./3.** – pomidor bez skórki 30g
Kolorowa papryka pokrojona w paski (20g)(3kcal) / **2./3.** – pomidor bez skórki (20g)
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Chleb żytni na zakwasie 40g¹ + masło 5g⁷ + szynka z piersi kurczaka 15g^{1,6,9} + ogórek kiszony 10g (126kcal) **2-** chleb pszenny¹, liść sałaty **W-** ser żółty⁷
Woda 250ml

Obiad

Barszcz ukraiński^{7,9} (300 ml) (204 kcal) / **2./3.** – barszcz czerwony bez fasoli (300ml)(190kcal) / **ML.** / **3.** - śmietana sojowa⁶ zamiast zwykłej
Szynka wieprzowa w sosie pieczeniowym¹ (145g, w tym 100g mięsa)/**9.** – 130g mięsa / **2./3.** – Pierś z indyka w sosie pieczeniowym¹ (150g w tym 100g mięsa) (212kcal)
Ziemniaki z koperkiem 200g (154kcal)
Surówka z marchwi, pora i jabłka z oliwą z oliwek 120g (69kcal) / **2./3.** - Surówka z marchwi i jabłka z oliwą z oliwek 120g
Kompot truskawkowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Banan 1szt.*

Kolacja

Feta z pomidorami, słonecznikiem i oliwą⁷ (30g/ 65g/ 10g / 5g) (166kcal) / **ML.** – tofu⁶ zamiast Fety / **2./3.** – pomidor bez skórki
Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenne graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Polędwica sopocka^{1,6,9} (30g) (42kcal)/ **9.** – polędwica 45g / **3.** – filet z kurczaka 30g
Herbata z rumianku 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

Jogurt naturalny 200g⁷ (134kcal) **ML-** jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne; 3 - Jaja i produkty pochodne; 4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe); 6 - Soja i produkty pochodne; 7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin

Menu 31.03-6.04.2025r.

Szpital Rehabilitacyjny Al. Wyzwolenia 52, 71-506 Szczecin

Zestawienie obejmujące diety: podstawowa (1), łatwostrawna (2), łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu (3), z ograniczeniem łatwo przyswajalnych węglowodanów (6), bogatobiałkowa (9), bezmleczna (ML), wegetariańska (W), ubogo purynowa (UP), *posiłki z programu "Dobry posiłek w szpitalu"

Niedziela 06.04.2025

Śniadanie

Jajecznica ze szczypiorkiem^{3,7} (100/5g)(180kcal) / **9.** - jajecznica (155g)/ **ML./3.** - Jajecznica na oleju rzepakowym³ / **2./3.** – bez szczypiorku

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹

Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenne graham¹

Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)

Wędzonka Krotoszyńska^{1,6,7,9,10,11} 30g (26kcal)/ **9.** – wędzonka 45g (39kcal) / **3.** – szynka delikatna 30g

Pomidor (30g)(4cal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 30g

Ogórek kiszony (20g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 20g

Herbata z rumianku 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Jogurt pitny owocowy 170ml⁷ (107kcal) **6-** jogurt naturalny 200g⁷ (134kcal) **ML-** jogurt wegański 200g⁶ (132kcal)

Obiad

Rosół z makaronem i pietruszką 90g/210ml^{1,3,9} (260kcal)

Kotlet schabowy tradycyjny ^{1,3} (145g, w tym 100g mięsa) (247kcal)/ **9.** – 130g mięsa / **3.** – pierś z kurczaka pieczona w ziołach 100g

Puree ziemniaczane z koperkiem 200g (184kcal)

Surówka z białej kapusty z marchewką i koperkiem 120g (61kcal) /**2./3.** – Sałata lodowa z sosem winegret 120g

Kompot jabłkowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)

Jabłko 1szt.*

Kolacja

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹

Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenne graham¹

Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)

Szynka wiejska^{1,6,9} (30g) (78kcal) / **9.** – szynka wiejska 45g/ **3.** - filet z kurczaka 60g

Papryka kolorowa pokrojona w paski ze szczypiorkiem i sałatą w oliwie (35g/5g/10g/5g)(8kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki na sałacie z oliwą

Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

Sok pomidorowy 200g (36kcal)

Między posiłkami są dostępne produkty m.in. pieczywo, masło, dżem, wędlina, ser, woda.

ALERGENY :

1 - Zboża zawierające gluten, 2 - Skorupiaki i produkty pochodne;3 - Jaja i produkty pochodne;4- ryby i produkty pochodne, 5 - Orzeszki ziemne (arachidowe);6 - Soja i produkty pochodne;7 - Mleko i produkty pochodne; 8 – Orzechy; 9 - Seler i produkty pochodne; 10 - Gorczyca i produkty pochodne; 11 - Nasiona sezamu i produkty pochodne; 12 - Dwutlenek siarki, 13 – Łubin