

Menu 12.05.-25.05.2025r.

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 12.05.2025

Śniadanie

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenno graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Pieczeń z karkówki^{1,6,9} (30g)(133kcal) / **9.** – Pieczeń z karkówki 45g/ **3.** – filet z kurczaka 30g
Ser Mazdamer⁷ (30g)(106 kcal) / **9.** – ser 45g / **ML.** – ser wegański⁶ 30g/ **3.** – Twarożek ⁷ (30g) (72kcal)
Ogórek na sałacie (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki na sałacie 40g/10g
Herbata owocowa z cukrem (250ml) (15 kcal) / **6./3.** – bez cukru

II Śniadanie*

Salatka z serem feta (pomidor, papryka, ogórek, oliwki, oliwa, sok cytrynowy) 70/30g⁷ (139kcal) **2-**
salatka z mozzarellą (pomidor bez skórki, oliwki, oliwa, sok cytrynowy) 70/30⁷ (138kcal) **ML-** bez
sera, więcej warzyw
Woda 250ml

Obiad

Zupa fasolowa⁹ 300ml (182 kcal) / **2./3.** – Krem z białych warzyw ^{7,9}(300ml) (125 kcal)
Gulasz wieprzowy^{1,7} (350g, w tym 100g mięsa)(309kcal) / **ML.** – ze śmietaną sojową⁶ zamiast
zwykłej /**2./3.** – gulasz drobiowy^{1,7} 350g
Kasza gryczana 200g (184kcal) /**2./3.** – kasza bulgur ¹ 200g (166kcal)
Surówka z sałaty z ogórkiem i rzodkiewką z sosem winegret (120g) (52kcal) /**2./3.** - Surówka z
sałaty z tartą rzodkiewką z sosem winegret (120g)
Kompot wieloowocowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Gruszka 1szt./Pomarańcza 1szt.*

Podwieczorek

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

Kolacja

Galaretką drobiową z warzywami 150g³ z sokiem z cytryny/octem 5g(do wyboru) (128kcal)/ **2./3.** –
bez groszku / **9.** – 200g
Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszenno graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Szynka konserwowa ^{7,9,12}30g (25kcal) /**9.** – szynka konserwowa 45g
Pomidor z koperkiem (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki z koperkiem (50g)
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

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

Miedzy posilkami sa dostepne produkty m.in. pieczywo, maslo, dzem, wedlina, 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 12.05.-25.05.2025r.

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 13.05.2025

Śniadanie

Płatki owsiane gotowane na mleku z tartą gorzką czekoladą i orzechami^{1,7,8} 40g/ 150ml/ 10g/ 10g/ (321kcal) / **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

Kolorowa papryka pokrojona w paski (50g)(6kcal) /**2./3**. – pomidor bez skórki (50g)

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

II Śniadanie*

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

Obiad

Zupa jarzynowa z młodą kapustą⁹ (300ml)(154kcal) /**2./3**. –Lekka zupa jarzynowa ^{7,9} (300ml) (125 kcal)

Filet z kurczaka panierowany ^{3,7,11} (120g, w tym 100g mięsa) (277 kcal)) /**9**. – mięso 130g/**2./3**. –

Filet z kurczaka w ziołach na parze (100g)

Ziemniaki gotowane z koperkiem (200g) (154kcal)

Buraczki na ciepło 120g (100 kcal)

Kisiel z owoców mrożonych do picia 250ml (89kcal)/ **6./3**. – bez cukru (60 kcal)

Pomarańcza 1szt.*

Kolacja

Hot dog w podłużnej bułce¹ (90g) z ciepłą parówką z indyka^{1,3,6,7,9,10,11} (1 szt. - 50g) z ketchupem, ogórkiem konserwowym i cebulką (5/10/10g)(429 kcal)/ **2./3**. – bez cebuli, pomidor bez skórki zamiast ogórka

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 akademicka ^{3,6,7,9,10,11} (30g)(43kcal) / **9**. – szynka akademicka 45g / **3**. – szynka delikatna ^{1,7,9,10,12}30g

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

Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

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

Miedzy posilkami 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 12.05.-25.05.2025r.

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 14.05.2025

Śniadanie

Bułka grahamka¹ (90g)(235kcal)
Chleb pszenny¹ (35g)(90kcal)/ **6./3.** – zamiast pszennej graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Pasta z makreli ^{3,4,7, 10}(60g)(94kcal) / **ML.** / **3.** – kurczak po grecku (60g)
Polędwica sopocka^{1,6,9} (30g) (42kcal)/ **9.** - polędwica 45g/ **3.** –filet z kurczaka 30g
Ogórek kiszony z cebulką (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 50g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

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-** ser żółty⁷ zamiast wędliny
Woda 250ml

Obiad

Zupa brokułowa ^{7,9} (300ml) (157 kcal) /**ML.** / **3.** – zabieleną śmietaną sojową⁸
Naleśniki z farszem twarogowym i sosem z mrożonych truskawek^{1,3,7} (350g)(247kcal)/ **ML.** – farsz z tofu naturalnego i jogurtu sojowego na słodko⁶ /**6.** – Ryż brązowy (200g) z twarogiem 50g i sosem z mrożonych truskawek (50g)⁷
Banana 1szt
Kompot wiśniowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Banan 1szt.*

Kolacja

Chleb pełnoziarnisty¹ (50g)(93kcal) / **2.** – zamiast pełnoziarnistego graham¹
Chleb pszenny¹ (50g)(129kcal)/ **6./3.** – zamiast pszennej 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 z indyka 30g
Ser twarogowy w plastrach⁷ (30g)(42kcal) / **9.** – ser twarogowy w plastrach⁷ 45g /**ML.** – ser wegański⁶ 30g
Ogórek (30g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor z koperkiem (30g)
Papryka kolorowa pokrojona w paski (20g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 20g
Herbata zielona 250ml

II Kolacja*

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

Miedzy posilkami sa dostepne produkty m.in. pieczywo, maslo, dzem, wedlina, 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 12.05.-25.05.2025r.

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 15.05.2025

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)
Jogurt naturalny z domową gramolą i musem z mrożonych truskawek^{1,7} (130g)(149kcal)/ **ML.** – jogurt kokosowy⁸
Kiełbasa żywiecka^{1,7,8,9,10} (30g)(91 kcal)/ **9.** – kiełbasa żywiecka 45g /**3.** – szynkówka drobiowa 30g
Pomidor z cebulką na sałacie (35g/5g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki na sałacie 40g/10g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Śniadanie*

Sok pomidorowy 200g (36kcal)

Obiad

Zupa kalafiorowo- koperkowa 300ml (180kcal) / **ML.** / **3.** – zabieleną śmietaną sojową⁶
Karkówka duszona z cebulką¹ (145g, w tym 100g mięsa)(293kcal)/**9.** – 130g mięsa /**2./3.** – Pierś z indyka w sosie pieczeniowym¹ (150g w tym 100g mięsa) (212kcal)
Ziemniaki z koperkiem 200g (154kcal)
Surówka z pora i ogórka kiszzonego (120g) (67kcal) (42kcal) /**2./3.** – Surówka z selera i jabłka ⁹ 120g (43kcal)
Kompot jabłkowy 250ml (80kcal)/ **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Jabłko 1szt.*

Podwieczorek

Arbuz 120g

Kolacja

Ryż na ciepło gotowany na mleku przekładany jabłkiem ze śmietaną i cynamonem i posiekanymi orzechami włoskimi⁷ (150/50/30/10g)(174kcal) / **6.** – ryż brązowy / **ML.** – jogurt kokosowy⁸ zamiast śmietany/**3.** – jogurt naturalny zamiast śmietany
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)
Wędzonka Krotoszyńska^{1,6,7,9,10,11} 30g (26kcal)/ **9.** – wędzonka 45g (39kcal) / **3.** – szynka delikatna ^{1,7,9,10,12} 30g
Ogórek z koperkiem (40g/10g)(7kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki z koperkiem (40g/10g)
Kakao naturalne na mleku 250ml^{1,7} (154kcal) /**ML.** – na napoju owsianym 250ml¹ (190kcal) /**6./3.** – bez cukru

II Kolacja*

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

Miedzy posilkami 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 12.05.-25.05.2025r.

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 16.05.2025

Śniadanie

Kasza manna na mleku z musem z mrożonych truskawek posypana orzechami włoskimi^{1,7,8} 40g/ 150ml/50g/10g (400 kcal) /**ML**. - na napoju owsianym¹ (323kcal)/ **6**. – Płatki owsiane¹ zamiast kaszy mannej
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)
Ser Gouda⁷ (30g)(95kcal) / **9**. – ser Gouda⁷ 45g / **ML**. – ser wegański⁶ 30g/ **3**. – Serek z ziołami ⁷ (30g)(72kcal)
Kolorowa papryka pokrojona w paski (50g)(6kcal) /**2./3**. – pomidor bez skórki (50g)
Herbata owocowa z cukrem (250ml) (15 kcal) / **6./3**. – bez cukru

II Śniadanie*

Caprese z mozzarellą i oliwkami (pomidor, oliwki, oliwa, sok cytrynowy) 70/30⁷ (138kcal) **2**- pomidor bez skórki **ML**- bez sera, więcej warzyw
Woda 250ml

Obiad

Wegetariański krupnik wiosenny ^{1,9} 300ml (234 kcal)
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 gotowane (200g) (154kcal)
Młoda kapusta na ciepło z koperkiem (120g)(62kcal) /**2./3**. – Marchew gotowana na gęsto (120g)
Kompot jabłkowy 250ml (80kcal) / **6./3**. – bez cukru (60 kcal)
Gruszka 1szt./ Pomarańcza 1szt.*

Podwieczorek

Banan 1 szt.

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 pszenego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3**. – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Gzik⁷ z dodatkiem szczypiorku, podany na sałacie (30g/5g/10g)(46kcal)/**ML**. – ser wegański⁶ 30g / **2./3**. – Twarożek bez szczypiorku podany na sałacie⁷ (30g/10g)(72kcal)
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

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

Miedzy posilkami 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 12.05.-25.05.2025r.

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 17.05.2025

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)
Serek homogenizowany o smaku waniliowym⁷ (opakowanie jednostkowe) (114kcal)/ **ML.** – jogurt sojowy⁶ 100g
Kiełbasa krakowska sucha^{3,6,7,9,10,11} (30g)(93kcal) / **9.** – kiełbasa krakowska sucha (45g)(140 kcal)/ **3.**
–szynkówka drobiowa ^{1,7,9,10,12} 30g
Ogórek ze szczypiorkiem (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

Barszcz ukraiński^{7,9} (300 ml) (204 kcal) /**2./3.** – barszcz czerwony bez fasoli (300ml)(190kcal) /**ML.** / **3.** - śmietana sojowa⁶ zamiast zwykłej
Bitki z łopatką wieprzową w sosie własnym^{1,3} (120g, w tym 100g mięsa)(223kcal) / **9.** – 130g mięsa / **2./3.** – pierś z kurczaka w sosie własnym ^{1,3} 100g
Kasza jęczmienna perłowa 200g (246 kcal)
Surówka z jabłka, pora i kukurydzy z majonezem^{3,7,10} (120g) (67kcal) /**2./3.** – Surówka z sałaty lodowej i pomidorem bez skórki (120g) (52kcal)
Kompot truskawkowy 250ml (80kcal) / **6./3.** – bez cukru (60 kcal)
Banan 1szt.*

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)
Szynka babuni^{1,6,9} (30g) (76kcal) /**9.** – szynka babuni 45g/ **3.** – szynka z indyka 30g
Serek z ziołami⁷ (30g)(72kcal)/ **9.** – serek 45g/ **ML.**– tofu wędzone⁶ 30g
Papryka kolorowa (30g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 30g
Ogórek kiszony (20g)(3kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki (20g) (3kcal)
Herbata z rumianku 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

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

Miedzy posilkami 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 12.05.-25.05.2025r.

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 18.05.2025

Śniadanie

Frankfurterki gotowane^{3,6,7,9,10,11} (80g)(154kcal)/ **9.** – 100g / **3.** – jaja gotowane 100g (2.szt)
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)
Szyńka gotowana^{1,6,9} (30g) (78kcal) / **9.** – szynka gotowana 45g
Pomidor-pokrojony z cebulką (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 50g
Kawa inka na mleku 250ml^{1,7} (200kcal) /**ML.**- na napoju owsianym 250ml¹ (190kcal) /**6./3.**– bez cukru

II Śniadanie*

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

Obiad

Rosół z makaronem 90g/210ml^{1,3,9} (260kcal)
Pałki z kurczaka z cytryną i rozmarynem (110g)(269kcal)
Ziemniaki gotowane z koperkiem (200g) (154kcal)
Mizeria⁷ 120g / **ML.** – jogurt kokosowy⁸ zamiast naturalnego /**2./3.** – Sałatka z sosem jogurtowo-koperkowym⁷ (128kcal)
Kompot wiśniowo - 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 pszennego graham¹
Masło⁷ (20g)(150kcal)/ **3.** – zamiast masła serek typu Bieluch⁷ (30g) (38 kcal)
Serek wiejski⁷ (100g) ze szczypiorkiem (5g)(105kcal) / **ML.** – jogurt sojowy⁶ zamiast serka wiejskiego /**2./ 3.** – bez szczypiorku
Schab zapiekany w ziołach^{3,6,7,9,10,11} (30g)(52kcal) / **9.** - schab zapiekany w ziołach 45g / **3.** –szynka delikatna ^{1,7,9,10,12} 30g
Ogórek ze szczypiorkiem (40g/10g)(6kcal) /**2./3.** – pomidor bez skórki 50g
Herbata czarna z cytryną 250ml (1 kcal)

II Kolacja*

Sok pomidorowy 200g (36kcal)

Miedzy posilkami 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