

JADŁOSPIS PODSTAWOWA OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko 200g	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 30g,(9), ser topiony 30g (7) pomidor 50g mandarynka 150g	pł. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Polędwica z indyka 60g (7) papryka 50g, sałata gruszka 200g	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) paszтет drobiowy 60g (6), ogórek kiszony 50g , sałata jabłko 200g	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7), ser topiony 30g (7), szynka z koperkiem 30g, sałata, pomidor 50g gruszka 200g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata mandarynka 150g
OBIAD	Kapuśniak z ziemniakami 0,3l(9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleniną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy 150 g(1,9) (1,9) kasza gryczana 200g, sur z białej kapusty 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane pieczone 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) sur z marchwi i jabłek 150g, Napój 0,25l	Fasolowa (6,9) 0,3l kluski łyżką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , kiszona kapusta got 75g warzywa got 75g Napój 0,25l	Grysikowa 0,3l(1,9) medalion mięsny 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleniną 200g Sur colesław 75g kalafior 75g Napój 0,25lml	Krupnik 0,3l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) fasolka szparagowa 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa duszona 150g (10), sos pieczeniowy 80ml (1) ziemniaki z zieleniną 200g sur z selera i jabłka 150g Napój 0,25l
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,) masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) ogórek ziel 50g, sałata Herbata 0,25 l serek waniliowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , ogórek kiszony 50g herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 50g(9),ser żółty 30g (7), sałata Herbata 0,25l owsianka z owocami 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) polędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l jogurt owocowy (7) 150g	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2380	2450	2500	2280	2320	2400	2520
Białko (g)	89	90	83	80	90	85	89
Tłuszcz (g)	80	82	100	78	85	80	95
NKT (g)	26	27	28	20	25	30	33
Węglowodany (g)	326	338	317	315	299	335	327
cukry (g)	30	28	30	25	28	27	25
Błonnik (g)	25	28	27	29	28	30	28
Sód (mg)	2300	2500	2100	2200	2500	2100	2200

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS PODSTAWOWA OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), rzodkiewki 30g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,3l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło 20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), papryka 50g, sałata jabłko 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) kielbasa biała na gorąco 80g (9), musztarda 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka 200g				
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleniną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleniną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) Sur z kapusty po żydowsku 150g, ,Napój 0,25l				
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata owsianka na mleku 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) l ser żółty 50g (7), pomidor Herbata 0,25l serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g sałata papryka 50g Herbata 0,25l kaszka na mleku 130ml (1,7)				

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	2280	2380	2480				
Białko (g)	95	90	98				
Tłuszcz (g)	80	100	100				
NKT (g)	28	33	35				
Węglowodany (g)	295	280	297				
sacharoza (g)	30	28	32				
Błonnik (g)	26	22	30				
Sód (mg)	2100	2500	2400				

zatwierdziła :

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.


DIETETYK
 Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko prażona 200g	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 60g,(9), pomidor 50g mandarynka 150g	pl. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Polędwica z indyka 60g (7) pomidor 50g, sałata gruszka prażona 200g	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) pasztet drobiowy 60g (6), pomidor 50g , sałata jabłko prażona 200g	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7), szynka z koperkiem 60g, sałata, pomidor 50g gruszka prażona 200g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata mandarynka 150g
OBIAD	Koperkowa z ziemniakami 0,3l(9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy got 150 g(1,9) (1,9) kasza jęczmienna 200g, buraczki 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane got 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) marchew got 150g, Napój 0,25l	Jarzynowa (6,9) 0,3l kluski tążką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , warzywa got 150g Napój 0,25l	Grysikowa 0,3l(1,9) medalion mięsny z pieca 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g , sos pietruszkowy 80ml (1) kalafior 150g Napój 0,25lml	Krupnik 0,3l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) warzywa got 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa got 150g (10), sos beszamelowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłką 150g Napój 0,25l
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,) masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) pomidor 50g, sałata Herbata 0,25 l serek waniliowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , pomidor 50g herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 60g(9), sałata, pomidor 50g Herbata 0,25l owsianka z owocami 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) połędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l jogurt owocowy (7) 150g	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2380	2310	2350	2390	2380	2400	2420
Białko (g)	89	95	102	100	90	80	100
Tłuszcz (g)	80	75	90	80	75	76	95
NKT (g)	26	27	28	23	20	30	33
Węglowodany (g)	326	314	283	318	336	349	291
cukry (g)	30	24	22	26	28	27	25
Błonnik (g)	25	24	22	25	22	28	22
Sód (mg)	2300	2350	2200	2230	2100	2100	2200

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), pomidor 50g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,3l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło 20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), pomidor 50g, sałata jabłko prażona 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) kielbasa biała na gorąco 80g (9), kectchup 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka prażona 200g				
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleniną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleniną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) brokuł 150g, ,Napój 0,25l				
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata owsianka na mleku 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) ser grani 70g (7), pomidor Herbata 0,25l serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g ,sałata pomidor 50g Herbata 0,25l kaszka na mleku 130ml (1,7)				

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	2300	2350	2480				
Białko (g)	90	90	98				
Tłuszcz (g)	75	80	100				
NKT (g)	25	33	35				
Węglowodany (g)	316	318	297				
sacharoza (g)	30	25	32				
Błonnik (g)	20	22	30				
Sód (mg)	2100	2200	2400				

zatwierdziła :

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA Z OGR TŁUSZCZU OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko prażona 200g	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 60g,(9), pomidor 50g mandarynka 150g	pt. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Połudwica z indyka 60g (7) pomidor 50g, sałata gruszka prażona 200g	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka z indyka 60g (6), pomidor 50g , sałata jabłko prażona 200g	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7), szynka z koperkiem 60g, sałata, pomidor 50g gruszka prażona 200g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata mandarynka 150g
OBIAD	Koperkowa z ziemniakami 0,3l(9) filet rybny got (4) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy got 150 g(1,9) (1,9) kasza jęczmienna 200g, buraczki 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane got 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) marchew got 150g, Napój 0,25l	Jarzynowa (6,9) 0,3l filet rybny got 100g (4) ziemniaki z zieleciną 200g sos śmietanowy 80ml (1) warzywa got 150g Napój 0,25l	Grysiowa 0,3l(1,9) medalion mięsny z pieca 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g , sos pietruszkowy 80ml (1) kalafior 150g Napój 0,25lml	Krupnik 0,3l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) warzywa got 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) filet drobiowy got 150g (10), sos beszamelowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g marchew got 150g Napój 0,25l
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,) masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) pomidor 50g, sałata Herbata 0,25 l	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , pomidor 50g herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 60g(9), sałata, pomidor 50g Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) połudwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l
II kolacja	serek waniliowy 150g (7)	jogurt owocowy 150g (7)	owsianka z owocami 100g (1,7)	kaszka na mleku 130g (1,7)	jogurt naturalny 150ml (7)	jogurt owocowy (7) 150g	serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2300	2310	2350	2300	2380	2400	2380
Białko (g)	98	95	102	85	90	80	95
Tłuszcz (g)	70	75	90	70	75	76	90
NKT (g)	22	27	28	23	20	30	33
Węglowodany (g)	320	314	283	333	336	349	298
cukry (g)	20	24	22	25	28	27	25
Błonnik (g)	22	24	22	25	22	28	22
Sód (mg)	2100	2350	2200	2230	2100	2100	2200

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA Z OGR TŁUSZCZU OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), pomidor 50g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,3 l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), pomidor 50g, sałata jablko prażona 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) poledwica drobiowa (9), ketchup 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka prażona 200g				
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny got 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleciną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) brokuł 150g, ,Napój 0,25l				
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1), 20g (7), herbata 0,25l pasta z białek z zieleciną 70g, pomidor 50g,sałata	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) ser grani 70g (7), pomidor 50g Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g pomidor 50g, sałata Herbata 0,25l				
II kolacja	owsianka na mleku 100g (1,7)	serek owocowy 150ml (7)	kaszka na mleku 130ml (1,7)				

sporządziła : mgr inż. Hanna Kialka Dietetyk

Energia (kcal)	2300	2350	2200				
Białko (g)	90	90	90				
Tłuszcz (g)	75	80	78				
NKT (g)	25	33	25				
Węglowodany (g)	316	318	285				
sacharoza (g)	30	25	32				
Błonnik (g)	20	22	22				
Sód (mg)	2100	2200	2180				

zatwierdziła :

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA Z OGR ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 50g (1) bułka grahamka 70g (1 ,masło 20g (7) Kawa z mlekiem b/c 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko 200g	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l b/c(1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 60g,(9), pomidor 50g grejpfrut 200g	pl. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25 lb/c (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Połudwica z indyka 60g (7) papryka 50g, sałata mandarynka 150g	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l b/c (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata grejpfrut 200g	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem b/c 0,25l (1,7) szynk adrobiowa 60g (6), ogórek kiszony 50g , sałata jabłko 200g	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem b/c 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 50g (1) bułka grahamka 70g (1) masło 20g (7), szynka z koperkiem 60g, sałata, pomidor 50g grejpfrut 200g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l b/c (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata mandarynka 150g
II śniadanie	Cocktail mleczno -owocowy 0,2l b/c (7)	sok owocowy b/c 0,2l	Serek waniliowy b/c 200g (7)	VIII : kefir 0,2l (7)	Sok owocowy b/c 0,2l	serek waniliowy b/c 150g	Sok pomidorowy 200g
OBIAD	Kapuśniak z ziemniakami 0,3l (9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy 150 g(1,9) (1,9) kasza gryczana 200g, sur z białej kapusty 150g kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane got 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) sur z marchwi i jabłek 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Fasolowa (6,9) 0,3l filet rybny got 100g ziemniaki z zieleciną 200g kiszona kapusta got 75g warzywa got 75g kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Grycikowa 0,3l(1,9) medalion mięsny 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g Sur colesław 75g kałafior 75g kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Krupnik 0,3l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) fasolka szparagowa 150g kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa got 150g (10), sos beszamelowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłka 150g kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l
POW	Kisiel b/c 02l	budyń b/c 0,2l (7)	Sok pomidorowy b/c 02l	Jogurt naturalny 0,2l	Jogurt naturalny 0,2l (7)	sok warzywny 0,2l	maślanka 0,2lb/c
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) ogórek ziel 50g, sałata Herbata b/c 0,25 l	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , ogórek kiszony 50g herbata b/c 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 60g(9), sałata Herbata b/c 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata b/c 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) polędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata b/c 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata b/c 0,25l jogurt owocowy b/c (7) 150g	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata b/c 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2400	2420	2500	2350	2320	2400	2520
Białko (g)	98	90	83	95	90	85	89
Tłuszcz (g)	78	82	100	86	85	80	95
NKT (g)	26	27	28	23	25	30	33
Węglowodany (g)	326	338	317	299	299	335	327
cukry (g)	30	28	30	25	28	27	25
Błonnik (g)	25	28	27	29	28	30	28
Sód (mg)	2300	2500	2100	2200	2500	2100	2200

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS DIETA Z OGRANICZONYMI PRZYSWAJALNYMI WĘGLOWODANAMI OD 17.11 – 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l b/c (1,7) twarożek 70g (7), rzodkiewki 30g ,sałata kiwi 150g	Mussle na mleku 0,3 l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l b/c (1,7) szynka drobiowa 60g (9), papryka 50g, sałata jabłko 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) kielbasa biała na gorąco 80g (9), musztarda 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem b/c v 0,25l (1,7) mandarynka 150g				
Ś II	Sok warzywny 0,2l	Jogurt naturalny 150g (7)	Cocktail mleczno –owocowy 0,2l (7) b/c				
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleciną 200g sałata z jogurtem 75g (7) kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) Sur z kapusty po żydowsku 150g, kompot z owoców mrożonych b/c 0,25l				
POD	serek waniliowy b/c 0,2l(7)	Sok pomidorowy 0,2l	Maślanka 0,2 l (7)				
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7), herbata b/c 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) ser grani 70g (7), pomidor50g Herbata 0,25l b/c <i>naturalny</i> serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, sałata papryka 50g Herbata 0,25l b/c kaszka na mleku 130ml (1,7)				
II kolacja	owsianka na mleku 100g (1,7)						

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	2280	2380	2480				
Białko (g)	95	90	98				
Tłuszcz (g)	80	100	100				
NKT (g)	28	33	35				
Węglowodany (g)	295	280	297				
sacharoza (g)	30	28	32				
Błonnik (g)	26	22	30				
Sód (mg)	2100	2500	2400				

zatwierdziła :

Hanna Kiałka
DIETETYK
Hanna Kiałka Nowak

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS BOGATOBIAŁKOWA OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) ,ser topiony 30g (7) pomidor 50g, sałata	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 60g,(9),ser żółty 20g (7) pomidor 50g	pł. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Polędwica z indyka 60g (7) pomidor 50g, ser żółty 20g (7) sałata	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 50 g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) pasztet drobiowy 60g (6), szynka 20g (9) pomidor 50g , sałata	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7) , szynka z koperkiem 60g, ser topiony 30g (3) sałata, pomidor 50g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) ser żółty 20g pomidor 50g,sałata
	jabłko prażona 200g	mandarynka 150g	gruszka prażona 200g	banan 150g	jabłko prażona 200g	gruszka prażona 200g	mandarynka 150g
OBIAD	Koperkowa z ziemniakami 0,3l(9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy got 150 g(1,9) (1,9) kasza jęczmienna 200g, buraczki 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane got 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) marchew got 150g, Napój 0,25l	Jarzynowa (6,9) 0,3l kluski łyżką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , warzywa got 150g Napój 0,25l	Grysikowa 0,3l(1,9) medalion mięsny z pieca 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g , sos pietruszkowy 80ml (1) kalafior 150g Napój 0,25lml	Krupnik 0,3l (1 ,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) warzywa got 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa got 150g (10), sos beszamelowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłka 150g Napój 0,25l
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1,) masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) pomidor 50g, sałata,ser żółty 20g (7) Herbata 0,25 l serek waniliowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,.) masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , pomidor 50g , polędwica z indyka 20g (9) herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 60g (9), sałata, pomidor 50g , ser topiony 30g (7) Herbata 0,25l owsianka z owocami 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, ser żółty 20g (7) sałata ,Herbata 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) polędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g,ser topiony30g (7) sałata (7) ,Herbata 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9),ser żółty 20g (7) sałata ,herbata 0,25l jogurt owocowy (7) 150g	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, ser topiony 30g (9) Herbata 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2380	2380	2370	2400	2420	2500	2420
Białko (g)	100	98	110	100	95	90	100
Tłuszcz (g)	80	82	90	80	82	86	95
NKT (g)	26	27	28	23	20	30	33
Węglowodany (g)	315	313	280	320	326	342	291
cukry (g)	30	24	22	26	28	27	25
Błonnik (g)	25	24	22	25	22	28	22
Sód (mg)	2300	2350	2200	2230	2100	2100	2200

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS BOGATOBIAŁKOWA OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11			
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) ser topiony 30g (7) twarożek 70g (7), pomidor 50g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,3l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), ser żółty 30g (7) pomidor 50g, sałata jabłko prażona 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) kiełbasa biała na gorąco 80g (9), kectchup 10g, pomidor 50g , ser żółty 20g *7) zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka prażona 200g			
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleciną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) brokuł 150g, ,Napój 0,25l			
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g,ser żółty 20g (7) pomidor 50g,sałata owsianka na mleku 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) ser grani 70g (7), pomidor , szynka drobiowa 20g (9) Herbata 0,25l serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g pomidor 50g Herbata 0,25l ser topiony 30g(7),sałata kaszka na mleku 130ml (1,7)			

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	2350	2410	2480			
Białko (g)	103	96	105			
Tłuszcz (g)	90	90	100			
NKT (g)	25	33	35			
Węglowodany (g)	282	270	288			
sacharoza (g)	30	25	32			
Błonnik (g)	20	22	30			
Sód (mg)	2100	2300	2400			

zatwierdziła :

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA (10 -18lat) OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko prażona 200g	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 60g,(9), pomidor 50g banan 150g	pl. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Polędwica z indyka 60g (7) pomidor 50g, sałata gruszka prażona 200g	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka z indyka 60g (6), pomidor 50g , sałata jabłko prażona 200g	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7), szynka z koperkiem 60g, sałata, pomidor 50g gruszka prażona 200g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata banan 150g
Ś II	II śniadanie	Napój jogurtowo - owocowy 0,2l (7)	sok owocowy 0,2l	Serek waniliowy 200g (7)	Rogal ½ szt (1) 60g	Sok owocowy 0,2l	serek waniliowy 150g
OBIAD	Koperkowa z ziemniakami 0,3l(9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 150g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy got 150 g(1,9) (1,9) kasza jęczmienna 200g, buraczki 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane got 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) marchew got 150g, Napój 0,25l	Jarzynowa (6,9) 0,3l kluski łyżką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , warzywa got 150g Napój 0,25l	Gryskowa 0,3l(1,9) medalion mięsny z pieca 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g , sos pietruszkowy 80ml (1) kalafior 150g Napój 0,25lml	Krupnik 0,3l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) warzywa got 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa got 150g (10), sos beszamelowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłka z ziel pietruszką 150g Napój 0,25l
POD	Kisiel z owocem 02l	Bułka maślana 50g	Biszkopty 50g	Jogurt owocowy 0,2l	Jogurt naturalny 0,2l (7)	sok warzywny 0,2l	budyń z sokiem 0,2l (7)
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) pomidor 50g, sałata Herbata 0,25 l	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , pomidor 50g herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 60g(9), sałata, pomidor 50g Herbata 0,25l owsianka z owocami 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7) polędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l jogurt owocowy (7) 150g	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2380	2310	2350	2390	2380	2400	2420
Białko (g)	89	95	102	100	90	80	100
Tłuszcz (g)	80	75	90	80	75	76	95
NKT (g)	26	27	28	23	20	30	33
Węglowodany (g)	326	314	283	318	336	349	291
cukry (g)	30	24	22	26	28	27	25
Błonnik (g)	25	24	22	25	22	28	22
Sód (mg)	2300	2350	2200	2230	2100	2100	2200

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDAALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA (10 -18lat) OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), pomidor 50g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,3 l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), pomidor 50g, sałata jablko prażona 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) kiełbasa biała na gorąco 80g (9), ketchup 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszką prażona 200g				
Ś II	Sok warzywny 0,2l	Jogurt naturalny 150g (7)	Cocktail mleczno –owocowy 0,2l (7)				
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleniną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleniną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) brokuł 150g, ,Napój 0,25l				
POD	serek waniliowy 0,2l(7)	Galaretka z owocami 0,2l 0,2l	:banan 150g				
KOLACJA dodatek białkowy	Pieczywo mieszane 120g (1), masło roślinne 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata owsianka na mleku 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g (7) ser grani 70g (7), pomidor50g Herbata 0,25l serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g ,sałata pomidor 50g Herbata 0,25l kaszka na mleku 130ml (1,7)				

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	2300	2350	2480				
Białko (g)	90	90	98				
Tłuszcz (g)	75	80	100				
NKT (g)	25	33	35				
Węglowodany (g)	316	318	297				
sacharoza (g)	30	25	32				
Błonnik (g)	20	22	30				
Sód (mg)	2100	2200	2400				

zatwierdziła :

7 mleko i produkty pochodne,

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

DIETETYK
Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA (10 -18 lat) OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,3l(1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko 200g	mussle na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) szynka drobiowa 30g,(9), ser topiony 30g (7) pomidor 50g banan 150g	pł. kukur na mleku 0,3l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1), Masło (7) Połędwica z indyka 60g (7) papryka 50g, sałata gruszka 200g	Ryż na mleku 0,3l (7) Pieczywo mieszane 120g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,3l(1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka z indyka 60g (6), ogórek kiszony 50g , sałata jabłko 200g	Owsianka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 70g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7), ser topiony 30g (7), szynka z koperkiem 30g, sałata, pomidor 50g gruszka 200g	kaszka na mleku 0,3l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 120g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata banan 150g
II śniadanie	Napój jogurtowo -owocowy 0,2l (7)	sok owocowy 0,2l	Serek waniliowy 200g (7)	Rogal ½ szt (1) 60g	Sok owocowy 0,2l	serek waniliowy 150g	Herbatniki 50g(1,3) 50g
OBIAD	Kapuśniak z ziemniakami 0,3l (9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 150 g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,3l (9) Gulasz drobiowy 150 g(1,9) (1,9) kasza gryczana 200g, sur z białej kapusty 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) udko luzowane pieczone 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) sur z marchwi i jabłek 150g, Napój 0,25l	Fasolowa (6,9) 0,3l kluski łyżką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , kiszona kapusta got 75g warzywa got 75g Napój 0,25l	Grycikowa 0,3l(1,9) medalion mięsny 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g Sur colesław 75g kalafior 75g Napój 0,25lml	Krupnik 0,3l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) fasolka szparagowa 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,3l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa duszona 150g (10), sos pieczeniowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłka 150g Napój 0,25l
POD	Kisiel z owocem 02l	Bułka maślana 50g	Biszkopty 50g	Jogurt owocowy 0,2l	Jogurt naturalny 0,2l (7)	sok warzywny 0,2l	budyń z sokiem 0,2l (7)
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1,) masło 20g (7,) pasta rybna 70g (4) ogórek ziel 50g, sałata Herbata 0,25 l	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , ogórek kiszony 50g herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,)Masło 20g (7) szynka z indyka 50g(9),ser żółty 30g (7), sałata Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml	Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) połędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l	Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,2)Masło 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l
II kolacja	serek waniliowy 150g (7)	jogurt owocowy 150g (7)	owsianka z owocami 100g (1,7)	kaszka na mleku 130g (1,7)	jogurt naturalny 150ml (7)	jogurt owocowy (7) 150g	serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	2460	2527	2550	2550	2320	2500	2420
Białko (g)	80	90	83	105	90	110	100
Tłuszcz (g)	78	79	100	90	85	90	95
NKT (g)	30	25	28	30	25	32	35
Węglowodany (g)	315	341	350	330	299	313	291
cukry (g)	20	24	30	26	28	25	30
Błonnik (g)	22	24	27	30	28	30	22
Sód (mg)	2100	2350	2200	2320	2200	2350	2280

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA (10 -18LAT) OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,3l (1,3,7) Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), rzodkiewki 30g ,sałata banan 150g	Musle na mleku 0,3l (1,7) pieczywo mieszane 120g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), papryka 50g, sałata jablko 200g	Pł. kukur na mleku 0,3l(1) Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) kiełbasa biała na gorąco 80g (9), musztarda 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka 200g				
Ś II	Sok warzywny 0,2l	Jogurt naturalny 150g (7)	Cocktail mleczno –owocowy 0,2l (7)				
OBIAD	Kalafiorowa 0,3l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleciną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.3l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,3l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) Sur z kapusty po żydowsku 150g, ,Napój 0,25l				
POD	serek waniliowy 0,2l(7)	Galaretka z owocami 0,2l 0,2l	:banan 150g				
KOLACJA	Pieczywo mieszane 120g (1), masło 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g (7) I ser żółty 50g (7), pomidor Herbata 0,25l	Pieczywo mieszane 120g (1,), masło 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g papryka 50g Herbata 0,25l diety – szynka 50g, dżem 30g sałata kaszka na mleku 130ml (1,7)				
II kolacja	owsianka na mleku 100g (1,7)	serek owocowy 150ml (7)					

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	2350	2570	2500				
Białko (g)	103	88	91				
Tłuszcz (g)	90	80	78				
NKT (g)	30	28	35				
Węglowodany (g)	280	270	359				
sacharoza (g)	26	28	32				
Błonnik (g)	23	26	22				
Sód (mg)	2100	2350	2280				

zatwierdziła :

DIETETYK
Aleksandra Nowak

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA (4 -9 lat) OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSIŁEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,25l(1,7) pieczywo mieszane 50g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7),masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko 200g	mussle na mleku (1,7) 0,25l Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 100g (1), Masło (7) szynka drobiowa 30g,(9), ser topiony 30g (7) pomidor 50g banan 150g	pł. kukur na mleku 0,25l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 100g (1), Masło (7) Połędwica z indyka 60g (7) papryka 50g, sałata gruszka 200g	Ryż na mleku 0,25l (7) Pieczywo mieszane 100g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,25l(1,3,7) Pieczywo mieszane 100g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka z indyka 60g (6), ogórek kiszony 50g , sałata jabłko 200g	Owsianka na mleku 0,25l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 50g (1) bułka pszenna 50g (1) masło20g (7), ser topiony 30g (7), szynka z koperkiem 30g, sałata, pomidor 50g gruszka 200g	kaszka na mleku 0,25l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 100g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,salata banan 150g
II śniadanie	Napój jogurtowo -owocowy 0,2l (7)	sok owocowy 0,2l	Serek waniliowy 200g (7)	Rogal ½ szt (1) 60g	Sok owocowy 0,2l	serek waniliowy 150g	Herbatniki 50g(1,3) 50g
OBIAD	Kapuśniak z ziemniakami 0,25l(9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,25l (9) Gulasz drobiowy 150 g(1,9) (1,9) kasza gryczana 200g, sur z białej kapusty 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7)0,25l udko luzowane pieczone 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) sur z marchwi i jabłek 150g, Napój 0,25l	Fasolowa (6,9) 0,25l kluski żyłką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , kiszona kapusta got 75g warzywa got 75g Napój 0,25l	Grycikowa 0,25l(1,9) medalion mięsny 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g Sur colesław 75g kalafior 75g Napój 0,25lml	Krupnik 0,25l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) fasolka szparagowa 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,25l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa duszona 150g (10), sos pieczeniowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłka 150g Napój 0,25l
POD	Kisiel z owocem 02l	Bułka maślana 50g	Biszkopty 50g	Jogurt owocowy 0,2l	Jogurt naturalny 0,2l (7)	sok warzywny 0,2l	budyń z sokiem 0,2l (7)
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1,.) masło 20g (7,) pasta rybna 70g (4) ogórek ziel 50g, sałata Herbata 0,25 l serek waniliowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1,.) masło 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , ogórek kiszony 50g herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 100g (1,)Masło 20g (7) szynka z indyka 50g(9),ser żółty 30g (7), sałata Herbata 0,25l owsianka z owocami 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 100g (1), masło 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 100g (1), masło 20g (7) połędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 100g (1), masło 20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l jogurt owocowy (7) 150g	Pieczywo mieszane 100g (1,2)Masło 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	1722	1769	1785	1785	1624	1750	1694
Białko (g)	80	90	83	105	90	110	100
Tłuszcz (g)	55	55	70	63	60	63	67
NKT (g)	20	18	16	20	15	16	17
Węglowodany (g)	227	229	206	200	201	186	173
cukry (g)	20	24	30	26	28	25	30
Błonnik (g)	22	24	27	30	28	30	22
Sód (mg)	1100	1350	2000	2020	2000	2100	2105

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS DIETA PODSTAWOWA (4 – 9 LAT) OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11				
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,25l (1,3,7) Pieczywo mieszane 100g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), rzodkiewki 30g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,25 l (1,7) pieczywo mieszane 100g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), papryka 50g, sałata jablko 200g	Pł. kukur na mleku 0,25l(1) Pieczywo mieszane 100g (1,.) masło 20g (7) kiełbasa biała na gorąco 80g (9), musztarda 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka 200g				
Ś II	Sok warzywny 0,2l	Jogurt naturalny 150g (7)	Cocktail mleczno –owocowy 0,2l (7)				
OBIAD	Kalafiorowa 0,25l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleniną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.25l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleniną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,25l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) Sur z kapusty po żydowsku 150g, ,Napój 0,25l				
POD	serek waniliowy 0,2l(7)	Galaretka z owocami 0,2l 0,2l	:banan 150g				
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 100g (1), masło 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata owsianka na mleku 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 100g (1,.) masło 20g (7) I ser żółty 50g (7), pomidor 50g, Herbata 0,25l serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 100g (1,.) masło 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g papryka 50g Herbata 0,25l diety – szynka 50g, dżem 30g sałata kaszka na mleku 130ml (1,7)				

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	1645	1799	1750				
Białko (g)	103	88	91				
Tłuszcz (g)	63	56	51				
NKT (g)	15	20	25				
Węglowodany (g)	170	236	232				
sacharoza (g)	26	28	32				
Błonnik (g)	23	26	22				
Sód (mg)	1100	2050	2280				

zatwierdziła :

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne,

9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.


DIETETYK
 Aleksandra Nowak

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA (24 – 36 m) OD 17.11 – 26 .11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.

POSILEK	PIĄTEK 17.11	SOBOTA 18.11	NIEDZIELA 19.11	PONIEDZIAŁEK 20.11	WTOREK 21.11	ŚRODA 22.11	CZWARTEK 23.11
ŚNIADANIE	Owsianka na mleku 0,2l(1,7) bułka pszenna 50g (1) masło 20g (7), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) ser biały 70g(7) pomidor 50g, sałata jabłko prażona 200g	mussle na mleku 0,2l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1) pieczywo mieszane 60g (1), Masło (7) szynka drobiowa 60g,(9), pomidor 50g mandarynka 150g	pł. kukur na mleku 0,2l (7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 60g (1), Masło (7) Polędwica z indyka 60g (7) pomidor 50g, sałata gruszka prażona 200g	Ryż na mleku 0,2l (7) Pieczywo mieszane 60g (1), Masło 20g (7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) jajo got 25g,(3) szynka wieprz 35g (10) , pomidor 50g , sałata banan 150g	Makaron na mleku 0,2l(1,3,7) Pieczywo mieszane 60g (1), masło 20g (7) Kawa z mlekiem 0,25l (1,7) pasztet drobiowy 60g (6), pomidor 50g , sałata jabłko prażona 200g	Owsianka na mleku 0,2l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) bułka pszenna 50g (1) masło 20g (7), szynka z koperkiem 60g, sałata, pomidor 50g gruszka prażona 200g	kaszka na mleku 0,2l (1,7) Kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) pieczywo mieszane 60g, (1), Masło (7) szynkowa 60g (10) pomidor 50g,sałata mandarynka 150g
OBIAD	Koperkowa z ziemniakami 0,2l (9) jajo sadzone 2 szt (3) Ziemniaki z zieleciną 200g sos koperkowy 80ml(91) marchew got 75g szpinak 75g napój 0,25l	Ziemniaczana 0,2l (9) Gulasz drobiowy got 150 g(1,9) (1,9) kasza jęczmienna 200g, buraczki 150g Napój 0,25l	Rosół z makaronem (1,3,7) 0,2l udko luzowane got 100g (9), ryż 200g, sos potrawkowy 80ml(1) marchew got 150g, Napój 0,25l	Jarzynowa (6,9) 0,2l kluski tyżką kładzione z szynką 300g (1,3,9) , warzywa got 150g Napój 0,25l	Grycikowa 0,2l(1,9) medalion mięsny z pieca 100g (1,3,9) Ziemniaki z zieleciną 200g , sos pietruszkowy 80ml (1) kalafior 150g Napój 0,25lml	Krupnik 0,2l (1,9) makaron 200g (1,3)z kurczakiem 100g (9) w sosie pomidorowym 80ml (1) warzywa got 150g Napój 0,25l	Pomidorowa z makaronem 0,2l (1,3,7) sztuka mięsa wieprzowa got 150g (10), sos beszamelowy 80ml (1) ziemniaki z zieleciną 200g sur z selera i jabłka 150g Napój 0,25l
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 60g (1,) masło roślinne 20g (7,) pasta rybna 70g (4) pomidor 50g, sałata Herbata 0,25 l serek waniliowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 60g (1,) masło roślinne 20g (7) Szynka drobiowa 60g, (9) sałata , pomidor 50g herbata 0,25l jogurt owocowy 150g (7)	Pieczywo mieszane 60g (1,)Masło roślinne 20g (7) szynka z indyka 60g(9), sałata, pomidor 50g Herbata 0,25l owsianka z owocami 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 60g (1), masło roślinne 20g (7) szynka drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata ,Herbata 0,25ml kaszka na mleku 130g (1,7)	Pieczywo mieszane 60g (1), masło roślinne 20g (7) polędwica drobiowa 60g (9) pomidor 50g, sałata (7) ,Herbata 0,25 l jogurt naturalny 150ml (7)	Pieczywo mieszane 60g (1), masło roślinne 20g (7) pasta z wędliny i warzyw 120g,(9) sałata ,herbata 0,25l jogurt owocowy (7) 150g	Pieczywo mieszane 60g (1,2)Masło roślinne 20g (2) sałatka ryżowa z warzywami i szynką 200g (9) sałata, Herbata 0,25l serek homogenizowany 150g (7)

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

zatwierdziła :

Energia (kcal)	1190	1155	1155	1145	1140	1200	1210
Białko (g)	45	47	51	50	45	40	50
Tłuszcz (g)	40	37	45	40	37	38	47
NKT (g)	13	12	14	11	10	15	15
Węglowodany (g)	163	159	142	109	118	175	146
cukry (g)	15	12	11	13	14	13	10
Błonnik (g)	13	12	10	12	10	14	11
Sód (mg)	1150	1170	1000	1115	1050	1000	1100

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.

JADŁOSPIS ŁATWOSTRAWNA (24 - 36m) OD 17. 11 - 26.11. 23.r. DLA SZPITALA W RAWICZU.


POSILEK	PIĄTEK 24.11	SOBOTA 25.11	NIEDZIELA 26.11			
ŚNIADANIE	Zacierka na mleku 0,2l (1,3,7) Pieczywo mieszane 60g (1), masło 20g(7) kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) twarożek 70g (7), pomidor 50g ,sałata banan 150g	Mussle na mleku 0,2 l (1,7) pieczywo mieszane 60g (1) masło20g (7), kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) szynka drobiowa 60g (9), pomidor 50g, sałata jablko prażona 200g	Pł. kukur na mleku 0,2l(1) Pieczywo mieszane 60g (1,), masło 20g (7) kiełbasa biała na gorąco 80g (9), ketchup 10g, pomidor 50g kawa zbożowa z mlekiem 0,25l (1,7) gruszka prażona 200g			
OBIAD	Kalafiorowa 0,2l (,9) filet rybny z pieca 100g (4) sos grecki 150ml Ziemniaki z zieleciną 200g sałata z jogurtem 75g (7) Napój 0,25l	Brokułowa (9) 0.2l Pulpet drobiowy 100g (1,3, 9), sos pietruszkowy 80ml(1) ziemniaki z zieleciną 200g warzywa got 150g, napój 0,25l	Rosół z makaronem 0,2l (1,3,9) Schab got 100g (10) ryż 200g sos cytrynowy 80ml (1) brokuł 150g, ,Napój 0,25l			
KOLACJA II kolacja	Pieczywo mieszane 60g (1), masło roślinne 20g (7), herbata 0,25l pasta jajeczna 70g, pomidor 50g,sałata owsianka na mleku 100g (1,7)	Pieczywo mieszane 60g (1) masło roślinne 20g (7) ser grani 70g (7), pomidor 50g Herbata 0,25l serek owocowy 150ml (7)	Pieczywo mieszane 60g (1) masło roślinne 20g(7) Szynka 60g, dżem 30g ,sałata pomidor 50g Herbata 0,25l kaszka na mleku 130ml (1,7)			

sporządziła : mgr inż. Hanna Kiałka Dietetyk

Energia (kcal)	1100	1170	1240			
Białko (g)	45	45	49			
Tłuszcz (g)	37	40	50			
NKT (g)	13	11	17			
Węglowodany (g)	153	156	150			
sacharoza (g)	15	10	16			
Błonnik (g)	10	11	15			
Sód (mg)	1050	1100	1500			

zatwierdziła :

LEGENDA ALERGENY : 1. Produkty zbożowe zawierające gluten oraz produkty pochodne ; 3 jaja i produkty pochodne ; 4 ryby i produkty pochodne, 6 soja i produkty pochodne, 7 mleko i produkty pochodne, 9. seler i produkty pochodne, 10 gorczyca i produkty pochodne.


DIETETYK
 Aleksandra Nowak