

## Jadłospis na sobota 2023-10-21

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 2% 220g (7) [127 kcal], Kiełbasa krakowska 40g (6,7,9) [46 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ziemniaczana (C) 300g (1,7,9) [153 kcal], Kotlet mielony wieprzowy smażony 80g (1,3) [373 kcal], Ryż biały gotowany (C) 200g [253 kcal], Sałata zielona z jogurtem (C) 80g (7) [18 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szyńka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Pomarańcze 100g [34 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 2% 220g (7) [127 kcal], Kiełbasa krakowska 40g (6,7,9) [46 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ziemniaczana (C) 300g (1,7,9) [153 kcal], Risotto z łopatką wieprz. i warzywami 250g (9) [454 kcal], Sos pomidorowy (C) 100g (1,7) [123 kcal], Sałata zielona z jogurtem (C) 80g (7) [18 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szyńka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Pomarańcze 100g [34 kcal],

## Jadłospis na niedziela 2023-10-22

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Ser twarogowy mielony 60g (7) [91 kcal], Kawa zbożowa na mleku (C) 200g (1,7) [122 kcal], Szyńka szkolna 20g (1,6) [24 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],	Zupa rosół z makaronem (C) 300g (1,9) [78 kcal], Udo z kurczaka pieczone 130g [366 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Buraczki z jabłkiem (C) 100g [98 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Polędwica drobiowa Ani 40g (1,3,6,7,8,9,10,11) [31 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Ser twarogowy mielony 60g (7) [91 kcal], Kawa zbożowa na mleku (C) 200g (1,7) [122 kcal], Szynka szkolna 20g (1,6) [24 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],	Zupa rosół z makaronem (C) 300g (1,9) [78 kcal], Udo z kurczaka gotowane 130g [366 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Buraczki z jabłkiem (C) 100g [98 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Polędwica drobiowa Ani 40g (1,3,6,7,8,9,10,11) [31 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],

## Jadłospis na poniedziałek 2023-10-23

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - płatki jęczmieńne na mleku 2% (C) 220g (1,7) [232 kcal], Kiełbasa szynkowa wędzona 20g (1,6,7,12) [87 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) (C) 50g (3) [65 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa koperkowa z ziemniakami (C) 300g (1,9) [140 kcal], Pulpet wieprzowy gotowany 90g (1,3) [299 kcal], Kasza jęczmieńna wiejska gotowana z tłuszczem (C) 200g (1) [432 kcal], Sos pomidorowy (C) 100g (1,7) [123 kcal], Sałata zielona z jogurtem (C) 80g (7) [18 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - płatki jęczmieńne na mleku 2% (C) 220g (1,7) [232 kcal], Kiełbasa szynkowa wędzona 20g (1,6,7,12) [87 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) (C) 50g (3) [65 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa koperkowa z ziemniakami (C) 300g (1,9) [140 kcal], Pulpet wieprzowy gotowany 90g (1,3) [299 kcal], Kasza jęczmieńna wiejska gotowana z tłuszczem (C) 200g (1) [432 kcal], Sos pomidorowy (C) 100g (1,7) [123 kcal], Sałata zielona z jogurtem (C) 80g (7) [18 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

## Jadłospis na wtorek 2023-10-24

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Miód naturalny 25g [80 kcal], Polędwica drobiowa Ani 40g (1,3,6,7,8,9,10,11) [31 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa grysikowa (C) 300g (1,7,9) [98 kcal], Filet drobiowy panierowany smażony (C) 100g (1,3,9) [294 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i cebuli z olejem (C) 100g [115 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal]	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szynka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Pomarańcze 100g [34 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Miód naturalny 25g [80 kcal], Polędwica drobiowa Ani 40g (1,3,6,7,8,9,10,11) [31 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa grysikowa (C) 300g (1,7,9) [98 kcal], Filet drobiowy gotowany 70g [128 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Sos jarzynowy (C) 100g (1,7,9) [73 kcal], Buraczki z jabłkiem (C) 100g [98 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szynka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Pomarańcze 100g [34 kcal],

## Jadłospis na środa 2023-10-25

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 2% 220g (1,7) [189 kcal], Szynka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa barszcz ukraiński (C) 300g (1,7,9) [189 kcal], Kotlet wieprzowy w płatkach kukurydzianych smażony 80g (3) [369 kcal], Ryż biały gotowany (C) 200g [253 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal]	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Kiełbasa krakowska 40g (6,7,9) [46 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - płatki owsiane na mleku 2% 220g (1,7) [189 kcal], Szynka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa jarzynowa b/gł (C) 300g (7,9) [95 kcal], Mięso wieprzowe duszone z warzywami 100g (9) [326 kcal], Ryż biały gotowany (C) 200g [253 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal]	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Kiełbasa krakowska 40g (6,7,9) [46 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

## Jadłospis na czwartek 2023-10-26

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Kawa zbożowa na mleku (C) 200g (1,7) [122 kcal], Polędwica drobiowa Ani 20g (1,3,6,7,8,9,10,11) [15 kcal], Pasta jajeczna (C) 60g (3,7) [73 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomarańcze 80g [27 kcal],	Zupa pomidorowa z makaronem (C) 300g (1,7,9) [118 kcal], Kotlet z szynki wieprzowej panierowany smażony 100g (1,3,7) [401 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Surówka z kapusty białej z olejem (C) 100g [92 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Ser twarogowy mielony 70g (7) [106 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Pomidor 100g [31 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Kawa zbożowa na mleku (C) 200g (1,7) [122 kcal], Polędwica drobiowa Ani 20g (1,3,6,7,8,9,10,11) [15 kcal], Pasta jajeczna (C) 60g (3,7) [73 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomarańcze 80g [27 kcal],	Zupa pomidorowa z makaronem (C) 300g (1,7,9) [118 kcal], Szynka wieprzowa gotowana 70g [155 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Sos koperkowy (C) 100g (1,7,9) [90 kcal], Bukiet jarzyn gotowany z tłuszczem (C) 100g (9) [122 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Ser twarogowy mielony 70g (7) [106 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Pomidor 100g [31 kcal],

## Jadłospis na piątek 2023-10-27

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - kasza kukurydziana na mleku 2% 220g (7) [127 kcal], Szynka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami (C) 300g (1,9) [148 kcal], Filet rybny z pangii panierowany smażony (C) 90g (3,4) [245 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Surówka z kapusty kiszonej z olejem (C) 100g [78 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szynka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna -kasza kukurydziana na mleku 2% 220g (7) [127 kcal], Szynka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami (C) 300g (1,9) [148 kcal], Filet rybny z pangii gotowany w jarzynach (C) 120g (4,9) [140 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Buraczki z jabłkiem (C) 100g [98 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szynka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

## Jadłospis na sobota 2023-10-28

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Ser twarogowy mielony 60g (7) [91 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Kiełbasa krakowska 20g (6,7,9) [23 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa grochowa z ziemniakami (C) 300g (1,9) [228 kcal], Risotto z łopatką wieprz. i warzywami 250g (9) [454 kcal], Sos pomidorowy (C) 100g (1,7) [123 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Ser twarogowy mielony 60g (7) [91 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Kiełbasa krakowska 20g (6,7,9) [23 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa selerowa z ziemniakami (C) 300g (1,7,9) [150 kcal], Risotto z łopatką wieprz. i warzywami 250g (9) [454 kcal], Sos pomidorowy (C) 100g (1,7) [123 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem (C) 100g (7) [75 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

## Jadłospis na niedzielę 2023-10-29

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		

<b>Śniadanie / II Śniadanie</b>	<b>Obiad / Podwieczorek</b>	<b>Kolacja / Posiłek nocny</b>
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - płatki jęczmienne na mleku 2% (C) 220g (1,7) [232 kcal], Szyunka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ryżowa b/gł b/ml (C) 300g (9) [76 kcal], Klops wieprzowy gotowany 90g (1,3,9) [255 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem(C) 160g (7) [297 kcal], Sos pietruszkowy (C) 100g (1,7,9) [105 kcal], Buraczki z jabłkiem (C) 100g [98 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Polędwica drobiowa Ani 40g (1,3,6,7,8,9,10,11) [31 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Pomarańcze 100g [34 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - płatki jęczmienne na mleku 2% (C) 220g (1,7) [232 kcal], Szyunka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ryżowa b/gł b/ml (C) 300g (9) [76 kcal], Klops wieprzowy gotowany 90g (1,3,9) [255 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem (C) 160g (7) [297 kcal], Sos pietruszkowy (C) 100g (1,7,9) [105 kcal], Buraczki z jabłkiem (C) 100g [98 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Polędwica drobiowa Ani 40g (1,3,6,7,8,9,10,11) [31 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Pomarańcze 100g [34 kcal],

## Jadłospis na poniedziałek 2023-10-30

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

<b>Śniadanie / II Śniadanie</b>	<b>Obiad / Podwieczorek</b>	<b>Kolacja / Posiłek nocny</b>
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Kawa zbożowa na mleku (C) 200g (1,7) [122 kcal], Kielbasa krakowska 20g (6,7,9) [23 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) (C) 50g (3) [65 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (C) 300g (1,7,9) [158 kcal], Szyunka wieprzowa gotowana 70g [155 kcal], Kasza jęczmienna wiejska gotowana z tłuszczem (C) 200g (1) [432 kcal], Sos koperkowy (C) 100g (1,7,9) [90 kcal], Surówka z kapusty białej z olejem (C) 100g [92 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szyunka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Kawa zbożowa na mleku (C) 200g (1,7) [122 kcal], Kiełbasa krakowska 20g (6,7,9) [23 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) (C) 50g (3) [65 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami (C) 300g (1,7,9) [158 kcal], Szynka wieprzowa gotowana 70g [155 kcal], Kasza jęczmienna wiejska gotowana z tłuszczem (C) 200g (1) [432 kcal], Sos koperkowy (C) 100g (1,7,9) [90 kcal], Bukiet jarzyn gotowany z tłuszczem (C) 100g (9) [122 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Szynka luksusowa 40g (1,6,7) [44 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],

## Jadłospis na wtorek 2023-10-31

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - ryż na mleku 2% (C) 220g (7) [129 kcal], Szynka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ogórkowa z ziemniakami (C) 300g (1,7,9) [134 kcal], Makaron z mięsem wieprzowym i szpinakiem (C) 250g (1,9) [524 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z olejem (C) 100g [95 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Miód naturalny 25g [80 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Zupa mleczna - ryż na mleku 2% (C) 220g (7) [129 kcal], Szynka szkolna 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa zacierkowa (C) 300g (1,3,9) [97 kcal], Makaron z mięsem wieprzowym i szpinakiem (C) 250g (1,9) [524 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z olejem (C) 100g [95 kcal], Kompot owocowy* (C) 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata (C) 200g [20 kcal], Miód naturalny 25g [80 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

### Tabela alergenów

1. Zboża zawierające gluten (tj. pszenica, żyto, jęczmień, owies, orkisz, kamut lub ich szczepy hubrydowe) i produkty pochodne • 2. Skorupiaki i produkty pochodne • 3. Jajka i produkty pochodne • 4. Ryby i produkty pochodne • 5. Orzeszki ziemne (arachidowe) i produkty pochodne • 6. Soja i produkty pochodne • 7. Mleko i produkty pochodne • 8. Orzechy tj. migdały (*Amygdalus communis* L), orzechy laskowe (*Corylus avellana*), orzechy włoskie (*Juglans regia*), nerkowce (*Anacardium occidentale*), orzechy pekan (*Carya illinoensis*/Wangenh/K.Koch), orzechy brazylijskie (*Bertholletia exelsa*), pistacje (*Pistacia vera*), orzechy makadamie lub orzechy Queensland (*Macadamia ternifolia*) i produkty pochodne • 9. Seler zwyczajny i produkty pochodne • 10. Gorczyca i produkty pochodne • 11. Nasiona sezamu i produkty pochodne • 12. Dwutlenek siarki i siarczyny w stężeniach powyżej 10 mg/kg lub 10 mg/l w przeliczeniu na SO<sub>2</sub> • 13. Łubin i produkty pochodne • 14. Mięczaki i produkty pochodne