

**Jadłospis na piątek 2024-03-01**

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

<b>Śniadanie / II Śniadanie</b>	<b>Obiad / Podwieczorek</b>	<b>Kolacja / Posiłek nocny</b>
<b>Dieta podstawowa (3p) (1)</b>		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szyunka krucha z pieca wieprzowa 40g (6,9,10) [78 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami 300g (1,9) [148 kcal], Filet rybny z miruny panierowany smażony 100g (1,3,4) [229 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Surówka z kapusty kiszonej z olejem 100g [78 kcal], Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9) [122 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Szyunka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Banany 150g [92 kcal],
<b>Dieta lekkostrawna (3p) (2)</b>		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szyunka krucha z pieca wieprzowa 40g (6,9,10) [78 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami 300g (1,9) [148 kcal], Filet rybny z miruny gotowany na parze 100g (4,9) [124 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Sałatka z buraczków gotowanych 100g [138 kcal], Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9) [122 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szyunka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Banany 150g [92 kcal],

**Jadłospis na sobota 2024-03-02**

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

<b>Śniadanie / II Śniadanie</b>	<b>Obiad / Podwieczorek</b>	<b>Kolacja / Posiłek nocny</b>
<b>Dieta podstawowa (3p) (1)</b>		
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 60g (7) [91 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szyunka wieprzowa Ojca Grzegorza 40g (6,9,10) [44 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa grochowa z ziemniakami 300g (1,9) [228 kcal], Risotto z łopatką wieprz. i warzywami 250g (9) [453 kcal], Sos pomidorowy 100g (1,7) [123 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) [75 kcal], Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g [44 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Polędwica sopocka wieprzowa 40g (6,10) [66 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Kiwi 1 szt. 90g [46 kcal],
<b>Dieta lekkostrawna (3p) (2)</b>		



Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Ser twarogowy mielony 60g (7) [91 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szynka wieprzowa Ojca Grzegorza 40g (6,9,10) [44 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa selerowa z ziemniakami 300g (1,7,9) [135 kcal], Risotto z łopatką wieprz. i warzywami 250g (9) [453 kcal], Sos pomidorowy 100g (1,7) [123 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z jogurtem 100g (7) [75 kcal], Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g [44 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Połędwica sopocka wieprzowa 40g (6,10) [66 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Kiwi 1 szt. 90g [46 kcal],

## Jadłospis na niedzielę 2024-03-03

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno- żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal] , Herbata 200g [20 kcal], Szynka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ogórkowa z ryżem 300g (1,7,9) [98 kcal], Klops wieprzowy gotowany 90g (1,3) [254 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Sos pietruszkowy 100g (1,7) [105 kcal], Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 100g [92 kcal], Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g [122 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Kiełbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (9,10) [84 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szynka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ryżowa b/gł b/ml 300g (9) [76 kcal] , Klops wieprzowy gotowany 90g (1,3) [254 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Sos pietruszkowy 100g (1,7) [105 kcal], Buraczki duszone 100g (1) [174 kcal], Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g [122 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Kiełbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (9,10) [84 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

## Jadłospis na poniedziałek 2024-03-04

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		



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], Kawa zbożowa na mleku 200g (1,7) [122 kcal], Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (9,10) [84 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) [65 kcal], Jabłka 100g [37 kcal], Banany 150g [92 kcal],	Zupa barszcz czerwony ziemniakami 300g (1,7,9) [157 kcal], Filet rybny z miruny gotowany na parze 100g (4,9) [124 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7) [372 kcal], Surówka z kapusty białej z olejem 100g [92 kcal], Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g (9) [27 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Kawa zbożowa na mleku 200g (1,7) [122 kcal], Kielbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (9,10) [84 kcal], Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g (3) [65 kcal], Jabłka 100g [37 kcal], Banany 150g [92 kcal],	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g (1,7,9) [157 kcal], Filet rybny z miruny gotowany na parze 100g (4,9) [124 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (7,9) [74 kcal], Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9) [122 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],

## Jadłospis na wtorek 2024-03-05

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
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 200g [20 kcal], Filet drobiowy zapiekany 40g (6,10) [57 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa ogórkowa z ziemniakami 300g (1,7,9) [134 kcal], Makaron z mięsem wieprzowym i szpinakiem 250g (1,9) [524 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100g [95 kcal], Kalafior gotowany na parze 100g [23 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Miód naturalny 25g [80 kcal], Szynka krucha z pieca wieprzowa 40g (6,9,10) [78 kcal], Mandarynki 100g [34 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Filet drobiowy zapiekany 40g (6,10) [57 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa zacierkowa 300g (1,3,9) [96 kcal], Makaron z mięsem wieprzowym i szpinakiem 250g (1,9) [524 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100g [95 kcal], Kalafior gotowany na parze 100g [23 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Miód naturalny 25g [80 kcal], Szynka krucha z pieca wieprzowa 40g (6,9,10) [78 kcal], Mandarynki 100g [34 kcal],



**Jadłospis na środa 2024-03-06**

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Kawa zbożowa na mleku 200g (1,7) [122 kcal], Szyunka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) [114 kcal], Udo z kurczaka pieczone 130g [366 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Sałata zielona z jogurtem 80g (7) [18 kcal], Buraczki duszone 100g (1) [174 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Paszтет Jana wieprzowy 50g (1,3,9) [171 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Kawa zbożowa na mleku 200g (1,7) [122 kcal], Szyunka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zupa pomidorowa z ryżem 300g (1,7,9) [114 kcal], Udo z kurczaka gotowane 130g [366 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Sałata zielona z jogurtem 80g (7) [18 kcal], Buraczki duszone 100g (1) [174 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Paszтет Jana wieprzowy 50g (1,3,9) [171 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

**Jadłospis na czwartek 2024-03-07**

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
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 60g (7) [91 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Polędwica wiśniowa, wieprzowa 40g (6,10) [55 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300g (1,7,9) [138 kcal], Kapusta z grochem 350g (7) [634 kcal], Mus owocowy 100g [73 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal], Chleb pszenno-żytni 100g (1) [264 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 200g [20 kcal], Filet drobiowy zapiekany 40g (6,10) [57 kcal], Banany 150g [92 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		



Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Ser twarogowy mielony 60g (7) [91 kcal], Jogurt owocowy 150g (7) [135 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Polędwica wieśniowa, wieprzowa 40g (6,10) [55 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa szpinakowa z ziemniakami 300g (1,7,9) [138 kcal], Pulpet wieprzowy gotowany 90g (1,3) [299 kcal], Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g (1) [359 kcal], Sos jarzynowy 100g (1,7,9) [73 kcal], Surówka z marchwi i jabłka z olejem 100g [95 kcal], Mus owocowy 100g 100g [73 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Filet drobiowy zapiekany 40g (6,10) [57 kcal], Banany 150g [92 kcal],

## Jadłospis na piątek 2024-03-08

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
Chleb żytni razowy na zakwasie 35g (1) [83 kcal], Chleb pszenno-żytni 65g (1) [172 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Kiełbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (9,10) [84 kcal], Pasta jajeczna 60g (3,7) [73 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami 300g (1,9) [148 kcal], Filet rybny z miruny panierowany smażony 100g (1,3,4) [229 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7) [245 kcal], Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i cebuli z olejem 100g [115 kcal], Bukiet warzyw gotowanych na parze 200g [80 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Szynka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt naturalny 150g (7) [90 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Kiełbasa krotoszyńska wieprzowa 40g (9,10) [84 kcal], Pasta jajeczna 60g (3,7) [73 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],	Zupa krupnik z ziemniakami 300g (1,9) [148 kcal], Filet rybny z miruny gotowany na parze 100g (4,9) [124 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7) [245 kcal], Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g [44 kcal], Buraczki duszone 100g (1) [174 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szynka szkolna wieprzowa 40g (1,6) [48 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],

## Jadłospis na sobota 2024-03-09

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		



<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], Jogurt owocowy 125g (7) [113 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Filet drobiowy zapiekany 40g (6,10) [57 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Dieta lekkostrawna (3p) (2)	Zalewajka z ziemniakami (IF) 300g (1,7) [150 kcal], Kotlet mielony wieprzowy smażony 80g (1,3) [373 kcal], Ryż biały gotowany 200g [253 kcal], Sałata zielona z jogurtem 80g (7) [18 kcal], Kalafior gotowany na parze 100g [23 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Pomarańcze 150g [51 kcal],
Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Jogurt owocowy 125g (7) [113 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Filet drobiowy zapiekany 40g (6,10) [57 kcal], Pomidor 50g [15 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal],	Zalewajka z ziemniakami (IF) 300g (1,7) [150 kcal], Risotto z łopatką wieprz. i warzywami 250g (9) [453 kcal], Sos pomidorowy 100g (1,7) [123 kcal], Sałata zielona z jogurtem 80g (7) [18 kcal], Kalafior gotowany na parze 100g [23 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g [39 kcal], Marmolada wieloowocowa 25g [63 kcal], Pomarańcze 150g [51 kcal],

## Jadłospis na niedziela 2024-03-10

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

<b>Śniadanie / II Śniadanie</b>	<b>Obiad / Podwieczorek</b>	<b>Kolacja / Posiłek nocny</b>
Dieta podstawowa (3p) (1)		
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 200g (1,7) [122 kcal], Polędwica sopocka wieprzowa 20g (6,10) [33 kcal], Jabłka 100g [37 kcal]	Zupa rosół z makaronem 300g (1,9) [78 kcal], Udo z kurczaka pieczone 130g [366 kcal], Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7) [245 kcal], Surówka z kapusty czerwonej i jabłka 100g [92 kcal], Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g (9) [27 kcal], Kompot owocowy* 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 200g [20 kcal], Szynka wieprzowa Ojca Grzegorza 40g (6,9,10) [44 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 kcal],
Dieta lekkostrawna (3p) (2)		
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 200g (1,7) [122 kcal], Polędwica sopocka wieprzowa 40g (6,10) [66 kcal], Jabłka 100g [37 kcal],	Zupa rosół z makaronem 300g (1,9) [78 kcal], Udo z kurczaka gotowane 130g [366 kcal], Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g [200 kcal], Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g (9) [27 kcal], Sałatka z buraczków gotowanych 100g [138 kcal], Kompot owocowy* 200g [44 kcal],	Bułka wrocławska 100g (1) [312 kcal], Masło ekstra 82% 10g (7) [77 kcal], Herbata 200g [20 kcal], Szynka wieprzowa Ojca Grzegorza 40g (6,9,10) [44 kcal], Dżem truskawkowy 25g [38 kcal], Sałata zielona 20g [2 kcal], Pomidor 50g [15 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 excelsa*), 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

**IMPEL CATERING  
Sp. z o.o.**

50-304 Wrocław, ul. A. Stojimskiego 1  
NIP 8942598912, REGON 932139104  
tel. 800 190 911, e-mail: cc.info@impel.pl

*Dietetyk*  
*mgr Karolina Jasińska*