

# Jadłospis na sobota 2024-09-21

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 125g 125g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Filet zapiekany 40g</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zalewajka z ziemniakami 300g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Kotlet mielony wieprzowy smażony 80g ( 3 ) ( 1 )</li><li>• Ryż biały gotowany 200g</li><li>• Sałata zielona z jogurtem 80g ( 7 )</li><li>• Kalafior gotowany na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Pomarańcze 150g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 125g 125g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Filet zapiekany 40g</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zalewajka z ziemniakami 300g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Risotto z łopatką wieprzową i warzywami 250g ( 9 )</li><li>• Sos pomidorowy 100g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Sałata zielona z jogurtem 80g ( 7 )</li><li>• Kalafior gotowany na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Pomarańcze 150g</li></ul>

# Jadłospis na niedziela 2024-09-22

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li><li>• Ser twarogowy mielony 60g ( 7 )</li><li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Polędwica sopocka wieprzowa 20g ( 6 ) ( 10 )</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa rosół z makaronem 300g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Udo z kurczaka pieczone 130g</li><li>• Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g ( 7 )</li><li>• Surówka z czerw. kapusty i jabłka 100g ( 3 ) ( 10 )</li><li>• Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ( 9 )</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka Ojca Grzegorza 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Dżem truskawkowy 25g</li><li>• Sałata 20g</li><li>• Pomidory 50g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li><li>• Ser twarogowy mielony 60g ( 7 )</li><li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Polędwica sopocka wieprzowa 40g ( 6 ) ( 10 )</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa rosół z makaronem 300g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Udo z kurczaka gotowane 130g</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ( 9 )</li><li>• Sałatka z buraczków gotowanych 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka Ojca Grzegorza 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Dżem truskawkowy 25g</li><li>• Sałata 20g</li><li>• Pomidory 50g</li></ul>

# Jadłospis na poniedziałek 2024-09-23

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Kielbasa krotoszyńska 40g ( 6 )</li><li>• Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g ( 3 )</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa koperkowa z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Pulpet wieprzowy gotowany 90g ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Kasza jęczmienna wiejska gotowana z tłuszczem 200g ( 1 )</li><li>• Sos jarzynowy 100g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Surówka żydowska z ogórkiem kwaszonym 100g</li><li>• Marchew gotowana na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szyntka krucha z pieca 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Nektarynki 100g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Kielbasa krotoszyńska 40g ( 6 )</li><li>• Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g ( 3 )</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa koperkowa z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Pulpet wieprzowy gotowany 90g ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Kasza jęczmienna wiejska gotowana 200g ( 1 )</li><li>• Sos jarzynowy 100g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Sałata zielona z jogurtem 80g ( 7 )</li><li>• Marchew gotowana na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szyntka krucha z pieca 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Nektarynki 100g</li></ul>

# Jadłospis na wtorek 2024-09-24

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Miód naturalny 25g 25g</li><li>• Szyntka szkolna 40g ( 1 ) ( 6 ) ( 7 )</li><li>• Sałata 20g</li><li>• Pomidory 50g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa kalafiorowa z makaronem 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Filet rybny z miruny gotowany w jarzynach 100g ( 9 ) ( 4 )</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Surówka z kapusty pekińskiej, marchewki i cebuli z olejem 100g</li><li>• Bukiet warzyw gotowanych na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Paszтет Jana 50g ( 1 ) ( 3 ) ( 9 )</li><li>• Pomarańcze 150g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Miód naturalny 25g 25g</li><li>• Szyńka szkolna 40g (1) (6) (7)</li><li>• Sałata 20g</li><li>• Pomidory 50g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa kalafiorowa z makaronem 300g (9) (1) (7)</li><li>• Filet rybny z miruny gotowany w jarzynach 100g (9) (4)</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g</li><li>• Buraczki duszone 100g (1)</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Paszтет Jana 50g (1) (3) (9)</li><li>• Pomarańcze 150g</li></ul>

## Jadłospis na środa 2024-09-25

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt owocowy 150g 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Połędwica wiśniowa 40g (6)</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa barszcz ukraiński 300g (9) (1) (7)</li><li>• Klopsik drobiowy gotowany 90g (1) (3)</li><li>• Ryż biały gotowany z tłuszczem 200g</li><li>• Sos pietruszkowy 100g (1) (7)</li><li>• Surówka z marchwii i jabłka 100g</li><li>• Kalafior gotowany na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szyńka Ojca Grzegorza 40g (6) (9) (10)</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Banany 150g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt owocowy 150g 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Połędwica wiśniowa 40g (6)</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa jarzynowa bez glutenu 300g (9) (7)</li><li>• Klopsik drobiowy gotowany 90g (1) (3)</li><li>• Ryż biały gotowany z tłuszczem 200g</li><li>• Sos pietruszkowy 100g (1) (7)</li><li>• Surówka z marchwii i jabłka 100g</li><li>• Kalafior gotowany na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szyńka Ojca Grzegorza 40g (6) (9) (10)</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Banany 150g</li></ul>

## Jadłospis na czwartek 2024-09-26

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g (7)</li><li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g (1) (7)</li><li>• Filet zapiekany 40g</li><li>• Pasta jajeczna 60g (3) (7)</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa pomidorowa z makaronem 300g (9) (1) (7)</li><li>• Kotlet z fileta drobiowego panierowany smażony 100g (1) (3)</li><li>• Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7)</li><li>• Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (9) (7)</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g (1)</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g (1)</li><li>• Masło ekstra 82% 10g (7)</li><li>• Ser twarogowy mielony 50g (7)</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Dżem truskawkowy 50g</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>

## Śniadanie / II Śniadanie

## Obiad / Podwieczorek

## Kolacja / Posiłek nocny

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

## • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g 150g (7)
- Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g (1) (7)
- Filet zapiekany 40g
- Pasta jajeczna 60g (3) (7)
- Jabłka 100g

## • Obiad

- Zupa pomidorowa z makaronem 300g (9) (1) (7)
- Filet drobiowy gotowany bez tłuszczu 70g
- Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g (7)
- Sos koperkowy 100g (1) (7)
- Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g (9) (7)
- Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g
- Kompot owocowy z cukrem 200g

## • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Ser twarogowy mielony 50g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Dżem truskawkowy 50g
- Pomidory 50g
- Salata 20g

## Jadłospis na piątek 2024-09-27

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

## Śniadanie / II Śniadanie

## Obiad / Podwieczorek

## Kolacja / Posiłek nocny

## Dieta podstawowa (3p) (1)

## • Śniadanie

- Chleb razowy żytni 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka krucha z pieca 40g (6) (9) (10)
- Marmolada wieloowocowa 25g
- Salata 20g
- Pomidory 50g

## • Obiad

- Zupa krupnik z ziemniakami 300g (9) (1)
- Filet rybny z miruny panierowany smażony 100g (1) (3) (4)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Mizeria ze śmietaną 100g (7)
- Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

## • Kolacja

- Chleb razowy żytni 35g (1)
- Chleb pszenno-żytni 65g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt owocowy 150g 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka szkolna 40g (1) (6) (7)
- Banany 150g

## Dieta łatwostrawna (3p) (2)

## • Śniadanie

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt naturalny 150g 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka krucha z pieca 40g (6) (9) (10)
- Marmolada wieloowocowa 25g
- Salata 20g
- Pomidory 50g

## • Obiad

- Zupa krupnik z ziemniakami 300g (9) (1)
- Filet rybny z miruny gotowany 100g (4)
- Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g
- Salatka z buraczków gotowanych 100g
- Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g (9)
- Kompot owocowy z cukrem 200g

## • Kolacja

- Bułka wrocławska 100g (1)
- Masło ekstra 82% 10g (7)
- Jogurt owocowy 150g 150g (7)
- Herbata z cukrem 200g
- Szynka szkolna 40g (1) (6) (7)
- Banany 150g

## Jadłospis na sobota 2024-09-28

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
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Ser twarogowy mielony 60g ( 7 )</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka Ojca Grzegorza 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa grochowa z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 )</li><li>• Risotto z łopatką wieprzową i warzywami 250g ( 9 )</li><li>• Sos pomidorowy 100g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Surówka z marchwii i jabłka 100g</li><li>• Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Połędwica sopočka wieprzowa 40g ( 6 ) ( 10 )</li><li>• Dżem truskawkowy 25g</li><li>• Nektarynki 100g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Ser twarogowy mielony 60g ( 7 )</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka Ojca Grzegorza 40g ( 6 ) ( 9 ) ( 10 )</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa selerowa z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Risotto z łopatką wieprzową i warzywami 250g ( 9 )</li><li>• Sos pomidorowy 100g ( 7 ) ( 1 )</li><li>• Surówka z marchwii i jabłka 100g</li><li>• Bukiet warzyw gotowanych na parze 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Połędwica sopočka wieprzowa 40g ( 6 ) ( 10 )</li><li>• Dżem truskawkowy 25g</li><li>• Nektarynki 100g</li></ul>

## Jadłospis na niedziela 2024-09-29

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
Dieta podstawowa (3p) (1)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka szkolna 40g ( 1 ) ( 6 ) ( 7 )</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa ogórkowa z ryżem 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Klops wieprzowy gotowany 90g ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sos pietruszkowy 100g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Surówka obiadowa z czerwonej kapusty 100g ( 1 ) ( 3 ) ( 4 ) ( 5 ) ( 6 ) ( 7 ) ( 8 ) ( 9 ) ( 10 ) ( 11 )</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li><li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Kielbasa krotoszyńska 40g ( 6 )</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>
Dieta łatwostrawna (3p) (2)		
<ul style="list-style-type: none"><li>• Śniadanie</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Jogurt naturalny 150g 150g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Szynka szkolna 40g ( 1 ) ( 6 ) ( 7 )</li><li>• Pomidory 50g</li><li>• Sałata 20g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Obiad</li><li>• Zupa ryżowa bez glutenu i bez mleka 300g ( 9 )</li><li>• Klops wieprzowy gotowany 90g ( 1 ) ( 3 )</li><li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li><li>• Sos pietruszkowy 100g ( 1 ) ( 7 )</li><li>• Buraczki duszone 100g ( 1 )</li><li>• Brokuły gotowane na parze z tłuszczem 100g</li><li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kolacja</li><li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li><li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li><li>• Herbata z cukrem 200g</li><li>• Kielbasa krotoszyńska 40g ( 6 )</li><li>• Marmolada wieloowocowa 25g</li><li>• Jabłka 100g</li></ul>

## Jadłospis na poniedziałek 2024-09-30

Szpital MSWiA w Kielcach | Oddział Chirurgii Ogólnej

Śniadanie / II Śniadanie	Obiad / Podwieczorek	Kolacja / Posiłek nocny
<b>Dieta podstawowa (3p) (1)</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li> <li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Kielbasa krotoszyńska 40g ( 6 )</li> <li>• Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g ( 3 )</li> <li>• Jabłka 100g</li> <li>• Banany 150g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Filet rybny z miruny gotowany w jarzynach 100g ( 9 ) ( 4 )</li> <li>• Ziemniaki gotowane z tłuszczem i koperkiem 200g ( 7 )</li> <li>• Surówka koperkowa z kapustą 100g ( 3 ) ( 10 )</li> <li>• Bukiet jarzyn gotowany na parze 100g ( 9 )</li> <li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Chleb razowy żytni 35g ( 1 )</li> <li>• Chleb pszenno-żytni 65g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 200g</li> <li>• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g</li> <li>• Dżem truskawkowy 25g</li> <li>• Sałata 20g</li> <li>• Pomidory 50g</li> </ul>
<b>Dieta łatwostrawna (3p) (2)</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Śniadanie</li> <li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Jogurt owocowy 150g 150g ( 7 )</li> <li>• Kawa zbożowa na mleku z cukrem 200g ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Kielbasa krotoszyńska 40g ( 6 )</li> <li>• Jajko gotowane na twardo (1 szt) 50g ( 3 )</li> <li>• Jabłka 100g</li> <li>• Banany 150g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Obiad</li> <li>• Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 300g ( 9 ) ( 1 ) ( 7 )</li> <li>• Filet rybny z miruny gotowany w jarzynach 100g ( 9 ) ( 4 )</li> <li>• Ziemniaki gotowane z koperkiem 200g</li> <li>• Surówka z selera i jabłka z jogurtem 100g ( 9 ) ( 7 )</li> <li>• Bukiet jarzyn gotowany na parze z tłuszczem 100g ( 9 )</li> <li>• Kompot owocowy z cukrem 200g</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolacja</li> <li>• Bułka wrocławska 100g ( 1 )</li> <li>• Masło ekstra 82% 10g ( 7 )</li> <li>• Herbata z cukrem 200g</li> <li>• Wędlina szynkowa dębowa drobiowa 40g</li> <li>• Dżem truskawkowy 25g</li> <li>• Sałata 20g</li> <li>• Pomidory 50g</li> </ul>

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 SO2
13	Łubin i produkty pochodne
14	Mięczaki i produkty pochodne