

MENU dla szpitala Radziejów 18.10.2021r.- 27.10.2021r.

Przykładowy jadłospis dekadowy

Załącznik nr 2a do SWZ

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
18.10.20 21r. poniedziałek	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) ogórek kwaszony. 70g. IV-Salceson czosnkowy 50g L, T, WŻ-ogórek kwaszony 70g. b/skorki szynka dębowa 50g, (2,4,6,7) herbata 200 ml <u>C- herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Kisiel wiśniowy cukrzyca – kisiel b/cukru	Koperkowa z ziemniakami 350ml. (1,2,5,6) gulasz segetyński 150g. z indykiem 100g ziemniaki 200g. Z koperkiem. napój miętowy 200ml <u>C- napój miętowy bez cukru 200ml,</u>	Jabłko 1 szt. Położnice -jabłko got. 1Szt.	Kasza kukurydziana na mleku 350ml (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) pomarańcza 70g. Położnice – banan 70g. Szynka w galarecie 50g (2,4,6,7) kawa z mlekiem 200ml (5) lub herbata <u>C- kawa z mlekiem bez cukru lub herbata (5)</u> <u>C insul. II kolacja - godz. 20.00 – kanapka z wędliną (chleb graham 30g, masło 5g, chuda wędlina 20g) (1,2,4,5,6,7)</u>
19.10.20 21r. wtorek	Ryż na mleku 350ml. (1,2,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) pomidor 70g. Polędwica drobiowa w majeranku 50g (2,4,6,7) herbata 200 ml <u>C- herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Mus z kaszy manny z jabłkiem 100g (składniki: kasza manna, mleko, sok owocowy, cukier) (1,5) <u>C- b/cukru</u>	Biały barszcz z makaronem 350ml., (1,2,5,6) bitki wieprzowe 100g. W sosie pieczeniowym , kapusta kwaszona got. 150g, ziemniaki 200g <u>T, W, L, C- pulpet wieprzowy gotowany 100g. fasolka szparagowa oprósz. 150g. (1,2,5,6)</u> napój rumiankowy 200ml <u>C- napój rumiankowy bez cukru 200ml</u>	Ciastka domowe 50g (1,2,5) <u>C- krakersy 50g (1,2,4,5,9)</u>	Płatki jęczmienne na mleku 350ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g. (5) salata 50g. IV-lebarka 50g. musztarda 15g. L, W, Ż, C – kurczak w galarecie 50g (1,2,4,5,6,7) kawa z mlekiem 200ml lub herbata (5) <u>C- kawa z mlekiem b/cukru 200ml lub herbata b/cukru</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00 – kanapka twarogiem (chleb graham 30g, masło 5g, twaróg 20g) (1,5)</u>
DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA

20.10.20 21r. środa	Makaron na mleku 350 ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) jabłko 1 szt. ser żółty 50g. (5), ketchup 15g. <u>L, C, T, W, Ż- twarożek z mlekiem 70g i koperkiem, jabłko gotowane (5)</u> herbata 200 ml <u>C- herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Drożdżówka z kruszonką cukrzyca -bulka maślana b/cukru	<u>Zupa ziemniaczana z zieleniną. Z ziemniakami 350ml i ziel. pietruszka (1,5,6)</u> <u>parówka 100g. w sosie chrzanowym, buraczki 150g., ziemniaki z koperkiem 350g., (1,2,4,6,7.)</u> <u>L. parówka 100g. W sosie koperkowym</u> <u>T, W, Ż- filet gotowany 100g. W sosie koperkowym</u> Napój z melisy 200ml <u>C- napój z melisy bez cukru 200ml</u>	Pomarańcza 100g. Położnice -banan 100g..	Kasza jęczmienna na mleku 350ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) pomidor 70g. Paszтет Zdżicha 50g (2,4,6,7) kawa z mlekiem 200 C, W, Ż -połędwica z warzywami 50g. (5) <u>C- kawa z mlekiem bez cukru (5) lub herbata</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00 – kanapka z wędliną (chleb graham 30g, masło 5g, chuda wędlina 20g) (1,2,4,5,6,7)</u>
21.10.20 21r. czwartek	Płatki owsiane na mleku 350ml (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) ogórek kwaszony 70g T, W, Ż-ogórek kwaszony b/skórki mielonka pomorska (2,4,6,7) T, W, Ż, C – szynkówka korona herbata 200 ml <u>C – herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Budyń waniliowy 100ml (składniki: mleko, budyń proszek, cukier) (5) <u>C- jogurt naturalny 100ml.. (5)</u>	Pomidorowa z ryżem 350ml (1,5,6) udko drobiowe 150g. W sosie własnym, sałata z jogurtem 150g, ziemniaki 200g z koperkiem (1,2,5) <u>T, W, Ż, L-udko drobiowe 150g gotowne w sosie potrawkowym (1,2,5)</u> napój malinowy 200ml <u>C- napój malinowy bez cukru 200ml</u>	Ciastka domowe 50g (1,2,5) <u>C-krakersy 50g (1,2,4,5,9)</u>	Zacierka na mleku 350ml (1,2,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) pomarańcza 70g IV – salceson czosnkowy 50g. położnice – banan 70g. (2,4,6,7) L, T, W, Ż – połędwica Ani kawa z mlekiem 200ml (5) lub herbata <u>C- kawa z mlekiem bez cukru 200 ml lub herbata b/cukru (5)</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00- sok pomidorowy 100ml</u>

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
22.10.20 21r. piątek	Płatki kukurydziane na mleku 350 ml (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, ŻT, – bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) jabłko 1 szt. jajko 1 szt. dżem truskawkowy 30g. (2,9) <u>T, W – szynkówekczka 50g, dżem 30g. (2,4,6,7)</u> <u>C, Ż – szynkówekczka 25g., jajko 1 szt. (2,4,6,7), jabłko gotowane</u> herbata 200 ml . <u>C – herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Coctail z owocami 100g. Cukrzyca -bez cukru	Krupnik z ziemniakami 350ml (1,5,6) filet rybny z pangii 100g smażony surówka z białej kapusty z marchewką 150g i olejem 5g ziemniaki 200g z koperkiem (1,2,3,5,6) <u>T, W, Ż, L pulpet z fileta z pangii 100g gotowany na parze w jarzynach 150g (1,2,3,6)</u> napój z melisy 200ml <u>C – napój z melisy bez cukru 200ml</u>	Galaretka 100g. <u>C -jogurt 150g.</u> <u>b/cukru (5)</u>	Makaron na mleku (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>T, W, Ż – bagietka pszenna 150g (1)</u> <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> masło 15g. (5) pomidor 70g IV-twarożek 70g z rzodkiewką 40g L, C, W, Ż, T twarożek 70g. z koperkim (2,4,6,7) kawa z mlekiem 200ml lub herbata (5) <u>C – kawa z mlekiem bez cukru (5) lub herbata</u> <u>C. insul. II kolacja - godz. 20.00 – kanapka z wędliną (chleb graham 30g, masło 5g, chuda wędlina 20g) (1,2,4,5,6,7)</u>
23.10.20 21r. sobota	Kasza manna na mleku 350 ml (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, ŻT, – bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) Ogorek kwaszony 70g szynka nowe 50g. (1,2,4,5,6,7) T, W, Ż, - ogórek kwaszony b/skórki 70g herbata 200 ml <u>C – herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Drożdżówka 50g. Cukrzyca – drożdżówka 50g. b/cukru	Żurek z ziemniakami 350g. (1,5,6) wątróbki drobiowe 100g z cebulką i jabłkiem. sałata z jogurtem 150g. ziemniaki 350g. Z koperkiem L, W, Ż, T. C-wątróbki drobiowe gotowane na parze w sosie własnym, marchewka z groszkiem 150g. napój miętowy 200ml <u>C – napój miętowy bez cukru 200ml</u>	Pomarańcza 100g. Polożnice – banan 100g.	Płatki owsiane na mleku 350ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T – bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) jabłko 1 szt polożnice, W, T, Ż – jabłko gotowane mielonka pomorska 50g., (2,4,6,7) W, T, Ż – szynka konserwowa 50g. kawa z mlekiem 200ml (5) lub herbata <u>C – kawa z mlekiem bez cukru, lub herbata b/ cukru (5),</u> <u>C. insul. II kolacja - godz. 20.00 – kanapka twarogiem (chleb graham 30g, masło 5g, twaróg 20g) (1,5)</u>

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
24.10.20 21r. niedziela	Płatki jęczmienne na mleku 350 ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) sałata 50g. Polędwica w majeranku 50g. (2,4,6,7) herbata 200 ml <u>C- herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Pomarańcza 100g. Poloźnice- jabłko gotowane – 1 szt.	Zupa ryżowa z ziel pietruszką 350ml. Pulpet mięsny gotowany 100g. W sosie pietruszkowym ,buraczki 150g, ziemniaki 350g. z koperkiem (2,4,6,7) T- bez sosu Napój rumiankowy 200ml <u>C- napój rumiankowy bez cukru 200ml</u>	Ciastka domowe 50g (1,2,5) <u>C- krakersy 50g (1,2,4,5,9)</u>	Zacierka na mleku 350ml (1,2,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>T, W, Ż, – bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) banan 70g kurczak w galarecie 50g., (2,4,6,7) kawa z mlekiem 200ml , lub herbata (5) <u>C- herbata bez cukru 200ml lub kawa z mlekiem bez cukru (5)</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00- Kefir 100ml (5)</u>
25.10.20 21r. poniedziałek	Ryż na mleku 350 ml (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) pomidor 70g. -Pieczeń wieprzowa 50g. (2,4,6,7,) W, T- polędwica drobiowa herbata 200 ml <u>C- herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Budyń śmietankowy 100ml cukrzyca – jogurt naturalny 100ml	Kalafiorowa z ziemniakami 350 ml (1,2,5,6) <u>makaron 80g. Z serem białym 100g., 150g.</u> <u>IV- kapusta biała gotowana z pomidorami 150g.</u> <u>L, W, Ż, T- marchewka 150g. Gotowana (1,2,5,6)</u> napój malinowy 200ml <u>C- napój malinowy bez cukru 200ml</u>	Galaretka owocowa 150g. Cukrzyca – kisiel b/cukru 150ml	Płatki owsiane na mleku 350 ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W, Ż, T- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) ogórek kwaszony 70g mielonka wieprzowa 50g, (2,4,6,7) <u>T, W, Ż, – szynka Ani 50g</u> <u>W, Ż, L- ogórek kwaszony b/skórki</u> kawa z mlekiem 200ml, lub herbata (5) <u>C- kawa z mlekiem bez cukru lub herbata b/cukru (5)</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00- sok pomidorowy 100ml</u>

DATA	ŚNIADANIE	II ŚNIADANIE	OBIAD	PODWIECZOREK	KOLACJA
26.10.20 21r. wtorek	Kasza kukurydziana na mleku 350 ml (5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W,Ż,- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) sałata 50g jajko 1 szt. dżem truskawkowy 30g. (2,9) <u>T,W – polędwica drobiowa 50g, dżem 30g (2,4,6,7)</u> <u>C,Ż – polędwica drobiowa 25g., jajko 1 szt. (2,4,6,7)</u> herbata 200 ml <u>C – herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Kisiel truskawkowy 100g <u>C- kisiel truskawkowy b/cukru 100g</u>	Zupa ogórkowa z ziemniakami 350ml (1,5,6) Gołąbki wieprzowe 100g w sosie pomidorowym 150g, ziemniaki 200g (1,2,5) <u>T,W,Ż,L – pulpet gotowany 100g w sosie pietruszkowym, ziemniaki 200g, z koper. buraczki 150g. (1,2,5)</u> napój z melisy 200ml <u>C – napój z melisy bez cukru 200ml</u>	Drożdżówka z kruszonką 50g. (1,2,5) <u>C- bułka maślana b/cukru 50g (1,2,5)</u>	Zacierka na mleku 350ml (1,2,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>W,Ż,- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) jablko 1 szt. twarożek 50g, z rybą wędzoną 20g. (1,2,4,5,6,7) <u>L,T,W,Ż-twarożek 70g. Z koperkiem (2,4,6,7), jablko gotowane</u> kawa z mlekiem 200ml lub herbata <u>C – kawa z mlekiem bez cukru lub herbata b/cukru (5)</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00 – kanapka twarogiem (chleb graham 30g, masło 5g, twaróg 20g) (1,5)</u>
27.10.20 21r. środa	Kasza manna na mleku 350ml (1,5) pieczywo pszenno-żytnie 150g (1) <u>C- pieczywo razowe, graham 150g (1)</u> <u>T,W,Ż,- bagietka pszenna 150g (1)</u> masło 15g (5) pomidor 70g szynka konserwowa 50g (2,4,6,7) herbata 200 ml <u>C – herbata bez cukru 200ml</u> mleko/woda 200 ml (5)	Mus z galaretki z bananem 100g. <u>C -jogurt 150g. b/cukru (5)</u>	Czerwony barszcz z ziemniakami 350ml (5,6) IV + fasola sucha 2g. Ryż na sypko 250g, z jabłkiem 100g, bitą śmietaną 30g i cynamonem (5) napój malinowy 200ml bogatobiałkowa + sztuka mięsa got. 100g. <u>C – napój malinowy bez cukru 200ml</u> T,W -w zamian śmietany – jogurt 30g.	Ciastka domowe 50g (1,2,5) <u>C-krakersy 50g (1,2,4,5,9)</u>	Żurek z ziemniakami 350 ml (1,5,6) pieczywo pszenno-żytnie 150g, (1) <u>T,W,Ż – bagietka pszenna 150g (1)</u> <u>C- pieczywo razowe, graham (1)</u> masło 15g (5), banan 70g. parówka wieprzowa 50g, (1,2,4,6,7) <u>W,Ż- królewiecka wieprzowa 50g (2,4,6,7)</u> kawa z mlekiem 200ml lub herbata 200 ml. (5) <u>C – kawa z mlekiem bez cukru lub herbata b/cukru (5)</u> <u>C insul. II kolacja- godz. 20.00- kanapka z wędliną (chleb graham 30g, masło 5g, chuda wędlina 20g)</u>

					(1,2,4,5,6,7)
--	--	--	--	--	---------------

Alergeny : 1-gluten – zawarty w zbożach :pszenica,żyto,jęczmień,owies,orkisz

1*-gluten może być dodawany do niektórych produktów jako substancja dodatkowa , lub wchodzić w skład dodatków do żywności będących mieszaninami, wówczas należy zapoznać się z etykietą producenta dotycząca zawartości glutenu

2-jaja, 3-ryby, 4-soję, 5-mleko,6-seler, 7-gorczycę , 8-sezam,9-dwutlenek siarki, 10-orzeszki ziemne i inne orzechy.

Dieta bezmleczna nie zawiera alergenów 5-mleko.

Dieta bezglutenowa nie zawiera alergenów 1- gluten.

Nazwy diet : N- normalna, L-lekka, C- cukrzycowa, W- wątrobowa, Ż- żołądkowa