

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie karta 3

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki
			Alergeny	waga		Alergeny	waga		Alergeny	waga	
SOBOTA 10.02	zwykła	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (2 % mleka, 30g płatków/porcję) 270 kcal/4,25/5,75/20,5	1,7	250 ml	Zupa kalafiorowa 150 kcal/5,6/2,1/17,2	1,7,9	350 ml	Serek topiony 80 kcal/4,5/9/0,4 Wędlina wieprzowa 80kcal/8/7,2/0,4 Pomidor 3kcal/0,2/0,1/0,6	7 6,10	1 szt. 40g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Sok pomidorowy 150ml 1,2/0,15/3,9 Podwieczorek Kisiel 150ml 0,5/0,2/38
		Wędlina wieprzowa 60 kcal/6/5,4/0,3 Wędlina drobiowa 60kcal/5,4/2,4/0,1 Ogórek 3 kcal/0,1/0/0,5	7 6,10	30g 30g 15g	Wątróbka drobiowa smażona z cebulką 518kcal/44/50/10,6		200g	Masło 110kcal 0,1/14/0,1	7	15 g	
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g	Ziemniaki 138kcal/4/6,2/36		200g	Pieczywo pszenne 299kcal 6,5/1,6/68	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g	Salátka szwedzka 130kcal/2,4/0,36/2,4		120g				
		Kawa zbożowa 15kcal/0,4/0/0,6		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal/0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal 0,2/0/0,2		200 ml	
	lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (2 % mleka, 30g płatków/porcję) 270 kcal	7	250 ml	Zupa kalafiorowa 150 kcal	1,7,9	350 ml	Pasta z twarogu 120 kcal/8,4/2,4/1,6 Wędlina drobiowa 40kcal/3,6/1,6/0,1 Pomidor b/s 3kcal	7	40g 20g 15g	
		Wędlina drobiowa (2 rodzaje) 40kcal Ogórek b/s 3 kcal	1,6	60g 15g	Wątróbka drobiowa duszona z jabłkiem 392kcal	1	200g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ziemniaki 138kcal		200g	Pieczywo pszenne 299kcal	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	Gotowany brokuł 38kcal/4,8/2,4/7,2		120g				
		Kawa zbożowa 15kcal		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200 ml	
	cukrzyca	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (2 % mleka, 30g płatków/porcję) 270 kcal	1,7	250 ml	Zupa kalafiorowa 150 kcal	1,7,9	350 ml	Pasta z twarogu 120 kcal Wędlina drobiowa 40kcal Pomidor b/s 3kcal	7	40g 20g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina drobiowa 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g 15/8/68
		Wędlina wieprzowa 60 kcal Wędlina drobiowa 60kcal Ogórek 3 kcal	7 6,10	30g 30g 15g	Wątróbka drobiowa duszona z jabłkiem 392kcal		200g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ziemniaki 138kcal		200g	Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120 g	
		Pieczywo razowe 268kcal	1	120g	Salátka szwedzka 130kcal		120g				
		Kawa zbożowa 15kcal		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200g	
	papkowata	MIX zupy z płatkami owsianymi 270 kcal MIX z wędliny drobiowej, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) 520kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 35/42/35	1,6,7,10	300g 350g	MIX zupy kalafiorowej 150 kcal MIX II wątróbka duszona z jabłkiem + ziemniaki + gotowany brokuł + masło 15g 679 kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	1,7,9	350g 400g	Sok pomidorowy 50kcal MIX II mięsa drobiowego gotowanego z gotowaną pieczarką, jajkiem gotowanym i pietruszką, 445kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 24/35/10	3,6,10	100 ml 300g	

					58/60/64						
--	--	--	--	--	----------	--	--	--	--	--	--

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki
			Alergeny	waga			waga			waga	
NIEDZIELA 11.02	Zwykła	Zupa mleczna z płatkami miodowymi (2 % mleka, 30g płatków/porcję) 290 kcal/5/6/20	1,7	250 ml	Zupa grysikowa 120 kcal 4,2/4,9/22	1,9	350 ml	Parówka drobiowa 215kcal10,8/22,4/4,2 Serek topiony 80 kcal/1,5/9/0,4 Pomidor /0,2/0,1/0,6	6,10	1 szt. 1szt. 20g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Maślanka 150ml , wafel ryżowy 7/4,2/15 Podwieczorek Ciasto – porcja Drożdżowe z owocami 8/13,6/58,5
		Jajko gotowane 78kcal/8/6/05 Łopatka z pietruszką 80 kcal/5/3,8/0,1 Ogórek 3 kcal/0,1/0/0,2	3 6,10	1 szt. 20g 15g	Kurczak pieczony bez kości 274kcal/19,7/15,2/0,12	1,3,6,7,9	120g	Masło 110kcal 0,1/14/0,1	7	15 g	
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g	Ziemniaki gotowane 138 kcal 4/6,2/36		200g	Pieczywo pszenne 299kcal 6,5/1,6/68	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g	Surówka familijna 148 kcal 1,9/7,8/9,6		120g				
		Herbata z sokiem z cytryny 26kcal/0,2/0/0,2		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal 0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal 0,2/0/0,2		200ml	
	lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami miodowymi (2 % mleka, 30g płatków/porcję) 290 kcal	1,7	250 ml	Zupa grysikowa 120 kcal	1,9	350 ml	Parówka drobiowa 215kcal Serek kanapkowy 60 kcal/3,5/7,5/1,2 Pomidor b/s	6,10	1 szt. 30g 20g	
		Jajko gotowane 78kcal Łopatka z pietruszką 80 kcal Pomidor 3 kcal	3,7 6,10	1 szt. 20g 15g	Kurczak gotowany w sosie koperkowym 215kcal 16,6/14,8/15,6	1,7	110g + 80g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ziemniaki gotowane 138 kcal		200g	Pieczywo pszenne 299kcal	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	Pieczona marchew 51kcal/1,8/9,6/16,8		120g				
		Herbata z sokiem z cytryny 26kcal		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200ml	
	cukrzyca	Zupa mleczna z musli 5 zbóż (2 % mleka, 30g musli/porcję) 290 kcal/5/8/26	1,7	250 ml	Zupa bulion warzywny z kaszą pęczak 115kcal	1,9	350 ml	Parówka drobiowa 215kcal Serek kanapkowy 60 kcal Pomidor	6,10	1 szt. 30g 20g	
		Jajko gotowane 78kcal Łopatka z pietruszką 80 kcal Ogórek 3 kcal	3,7 6,10	1 szt. 20g 15g	Kurczak gotowany w sosie koperkowym 215kcal	1,4	110g + 80g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ryż brązowy 236 kcal/4/3/62		200g	Pieczywo razowe 268kcal6,8/1,9/65	1	120 g	
		Pieczywo razowe 269kcal/6,8/1,9/65	1	120g	Surówka familijna 148 kcal		120g				
		Herbata z sokiem z cytryny 26kcal		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200g	
	papkowata	MIX zupy mlecznej z ryżem 270 kcal MIX z mięso gotowane, jajko gotowane ,pomidor b/s, z dodatkiem pietruszki natki i masła 82% (10g) 520kcal Również dla diety miksowanej do	1,3,6,7,10	300g 350g	MIX zupy grysikowej 120 kcal MIX II kurczaka gotowanego z sosem + ziemniaki + pieczona marchew + masło 82% 15g 726kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)	1,3,6,7,9	350g 400g	Sok pomidorowy 50kcal MIX II mięso gotowane drobiowo- wieprzowe z gotowanym brokułem, kalafiorem serkiem kanapkowym i pietruszką, 535kcal	3,6,10	100ml 300g	

		sondy (postać płynna) 35/42/35			34/42/75			Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 40/26/36			
--	--	-----------------------------------	--	--	----------	--	--	--	--	--	--

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki	
			Alergeny	waga		Alergeny	waga		Alergeny	waga		
PONIEDZIALEK 12.02	zwykła	Zupa mleczna z ryżem (2% mleka, 30g ryżu /porcję) 270 kcal/5,5/5,25/22,75	7	250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 150 kcal 7,35/5,25/11,9	1,7,9	350 ml	Szynka parzona 105kcal/12,6/6/0,36 Pomidor 3 kcal/0,2/0,1/0,6	6,10	60g 15g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Sok pomidorowy 150ml, wafel ryżowy 2,2/1,35/11	
		Ser żółty 70kcal/11/10/0,1 Wędlna wieprzowa 60 kcal/4/3,6/0,2 Ogórek 3 kcal/0,1/0/0,2	7 6,10	40g 20g 15g	Łazanki z kapustą 517kcal 14,8/27,6/75,6	1,3	400g	Masło 110kcal 0,1/14/0,1	7	15g		
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g				Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g		
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g								
		Kawa zbożowa 0,4/0/0,6		200ml	Kompot bez cukru 56kcal/0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal 0,2/0/0,2		200ml		
	Alergeny: 1,3,6,7,9,10	lekkostrawna	Zupa mleczna z ryżem (2% mleka, 30g ryżu /porcję) 270 kcal	7	250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 150 kcal	1,7,9	350 ml	Szynka parzona 105kcal Pomidor b/s 3 kcal	6,10	60g 15g	Podwieczorek Sok owocowy – 200ml 0,8/0,4/20
			Serek kanapkowy 70kcal/3,9/8,3/1,4 Wędlna drobiowa 60 kcal/3,6/1,6/0 Ogórek b/s 3 kcal	7 6,10	40g 20g 15g	Makaron z sosem mięsny /19/15,3/64	1,3	200g + 150g	Masło 110kcal	7	15g	
			Masło 110kcal	7	15g				Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	
			Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	Pieczony kalafior 33kcal/2,4/8,4/6,6		120g				
			Kawa zbożowa		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200ml	
	cukrzyca	Alergeny: 1,6,7,9,10	Zupa mleczna z ryżem brązowym (2% mleka/30g ryżu/porcję) 270 kcal	7	250ml	Zupa barszcz czerwony z ziemniakami 150 kcal	1,7,9	350 ml	Szynka parzona 105kcal Pomidor 3 kcal	6,10	60g 15g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Pasta z twarogu z jogurtem i koprem 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g 11,9/17,4/34,2
			Serek kanapkowy 70kcal Wędlna drobiowa 60 kcal Ogórek 3 kcal	7 6,10	40g 20g 15g	Łazanki z kapustą 517kcal	1,3	400g	Masło 110kcal	7	15g	
			Masło 110kcal	7	15g				Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120g	
			Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120g							
			Kawa zbożowa		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa		200ml	
	papkowata	Alergeny: 1,3,6,7,9,10	MIX zupy z ryżem 270 kcal MIX II pasta z twarogu , mięso drobiowe, brokuł, marchewka, masło 82% 363kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) /40/36/41	1,3,6,7,10	300g 350g	MIX zupy koperkowej 150 kcal MIX II kurczaka w sosie + makaron + pieczony kalafior + masło 15g 582kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)/25/46/60	1,3,7,9	350g 400g	Sok pomidorowy 50kcal MIX –pasta z mięsa drobiowo-wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior, masło 82 % 740kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)/48/32/41	3	100ml 300g	

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki
			Alergeny	waga		Alergeny	waga		Alergeny	waga	
WTOREK 13.02	zwykła	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (2% mleka, 30g płatkami/porcję) 270 kcal/4,25/5,75/20,5	1,7	250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 155kcal/5,25/6,3/13,7	1,9	350 ml	Parówka drobiowa 120 kcal/13/27/5 Wędlina wieprzowa 40 kcal/4/3,6/0,2 Pomidor 5 kcal/0,2/0/0,6	6,10 7	1 szt. 20g 20g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Jabłko 1 szt. 0,4/0,4/12 Podwieczorek Kisiel – 150ml 0,5/0,2/38
		Wędlina wieprzowa 40 kcal/4/3,6/0,2 Wędlina drobiowa 70 kcal/7,2/3,2/0,1 Sałata masłowa/0,1/14/0,1	6,10	20g 40g 1 liść	Pulpet wieprzowy w sosie własnym 270 kcal/17,8/23,7/27,5	1,3,7	120g +80g	Masło 110kcal 0,1/14/0,1	7	15g	
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g	Ziemniaki gotowane 138 kcal/6/3,2/36		200g	Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g	
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g	Surówka z marchewki 133kcal/1,2/0,36/20		120g				
		Herbata zwykła 0,2/0/0		200ml	Kompot bez cukru 56kcal/0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal/0,2/0/0,2		200 ml	
	lekkostrawna	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (2% mleka, 30g płatkami/porcję) 270 kcal	1,7	250ml	Zupa pomidorowa z ryżem 155kcal	1,9	350 ml	Parówka drobiowa 120 kcal Wędlina drobiowa 30 kcal/3,6/1,6/0,1 Pomidor 5 kcal	6,10 7	1 szt. 20g 20g	
		Wędlina wieprzowa 40 kcal Wędlina drobiowa 70 kcal Sałata masłowa	6,10	20g 40g 1 liść	Pulpet wieprzowy w sosie własnym 270 kcal	1,3,7	120g +80g	Masło 110kcal	7	15g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ziemniaki gotowane 138 kcal		200g	Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	
		Pieczywo pszenne	1	120g	Surówka z marchewki 133kcal		120g				
		Herbata zwykła		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200 ml	
	cukrzyca	Zupa mleczna z płatkami owsianymi (2% mleka, 30g płatkami/porcję) 270 kcal	1,7	250ml	Zupa pomidorowa z ryżem brązowym 155kcal	1,9	350 ml	Parówka drobiowa 120 kcal Wędlina wieprzowa 40 kcal Pomidor 5 kcal	6,10 7	1 szt. 20g 20g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g , masło 15g, pieczywo razowe 60g 16/18/69
		Wędlina wieprzowa 40 kcal Wędlina drobiowa 70 kcal Sałata masłowa	6,10	20g 40g 1 liść	Pulpet wieprzowy w sosie własnym 270 kcal	1,3,7	120g +80g	Masło 110kcal	7	15g	
		Masło 110kcal	7	15g	Kasza pęczak 190 kcal/7,2/3,6/56	1	200g	Pieczyw razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120g	
		Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120g	Surówka z marchewki 133kcal		120g				
		Herbata zwykła		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa		200 ml	
	papkowata	MIX zupy mlecznej z płatkami owsianymi 270 kcal MIX z mięsem drobiowym gotowanym, jajko gotowane ,pomidor b/s z dodatkiem pietruszki natki i masła 82% (10g) 420kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 35/42/35	1,3,6,7,10	300g 350g	MIX zupy kartoflanki 137 kcal MIX II pulpet wieprzowy w sosie + ziemniaki + gotowana marchew + masło 15g 717kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 28/45/72	1,3,7,9	350g 400g	Sok pomidorowy 50kcal MIX –Jajko gotowane + Parówka drobiowa, włoszczyzna gotowana, masło 82 % 520kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 23/33/8	3	100 ml 300g	

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki
			Alergeny	waga		Alergeny	waga		Alergeny	waga	
ŚRODA 14.02	Zwykła Alergeny: 1,3,4,7,9	Zupa mleczna z kaszą jaglaną (2% mleka, 30g kaszy/porcję) 160 kcal/5,75/4,8/25,5	7	250ml	Zupa rosół z makaronem 224 kcal/5,25/6,3/11,2	1,3,9	350ml	Pasta rybna /4,8/3/0,9 Serek topiony 51kcal/4,5/9/0,4 Ogórek 5kcal/0,1/0/0,2	3,4 7	30g 1szt. 20g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Kefir naturalny 150ml, wafel ryżowy
		Ser żółty 70 kcal/7,8/7,2/0,1 Dżem owocowy 45 kcal/0,1/0,1/10 Pomidor 3kcal /0,2/0,1/0,6	7	30g 25g 15g	Naleśniki z prażonym jabłkiem 684kcal/20,3/25,4/94	1,3,7	3szt. (390g)	Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15 g	
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g				Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g							
		Kawa zbożowa 15kcal/0,4/0/0,6		200ml	Kompot bez cukru 56kcal/0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal/0,2/0/0,2		200ml	
	lekkostrawna Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z kaszą jaglaną (2% mleka, 30g kaszy/porcję) 160 kcal	7	250ml	Zupa rosół z makaronem 224 kcal	1,3,9	350ml	Pasta rybna Pasta z twarogu 90kcal/0,6/1,8/1,5 Ogórek b/s 5kcal	3,4 7	30g 30g 20g	Podwieczorek Jogurt owocowy 1szt. 3,7/1,5/8,2
		Dżem owocowy 45 kcal Serek kanapkowy 45kcal/3,5/7,5/1,2 Pomidor 3kcal	6,10 7	25g 30g 15g	Naleśniki z prażonym jabłkiem 684kcal	1,3,7	3szt. (390g)	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g				Pieczywo pszenne 299kcal	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g							
		Kawa zbożowa 15kcal		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200ml	
	cukrzyca Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z musli 5 zbóż (2% mleka, 30g płatków/porcję) 270 kcal/5/8/26	1,7	250ml	Zupa rosół z makaronem razowym 224 kcal	1,3,9	350ml	Pasta rybna Pasta z twarogu 90kcal Ogórek 5kcal	3,4 7	30g 30g 20g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina drobiowa 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g 15/8/68
		Serek kanapkowy 45kcal Wędlina drobiowa 30kcal/3,6/1,6/0,1 Pomidor 3kcal	7 6	30g 20g 15g	Naleśnik razowy z warzywami 12,9/25,6/68,9	1,3,7	3szt. (390g)	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g				Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120 g	
		Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120g							
		Kawa zbożowa 15kcal		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200ml	Herbata owocowa 26kcal		200ml	
papkowata Alergeny: 1,3,6,7,9,10	MIX zupy mlecznej z kaszą jaglaną 160 kcal MIX II pasta drobiowa z warzywami, jajko gotowane, masło 82% 463kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 38/46/40	1,3,6,7,10	300g 350g	MIX zupy rosółu 224 kcal MIX II pulpet drobiowego + ziemniaki + gotowane warzywa + masło 15g 554kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 25/46/60	1,3,7,9	300g 350g	Sok pomidorowy 50kcal MIX –pasta z mięsa drobiowo-wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior, masło 82 % 510kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna)/48/32/41	3	100ml 300g		

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki
			Alergeny	waga		Alergeny	waga		Alergeny	waga	
CZWARTEK 15.02	zwykła	Zupa mleczna z makaronem (2% mleka, 30g makaronu/porcję) 270 kcal/5,5/5,5/21,5	1,3,7	250ml	Zupa jarzynowa 150 kcal/5,95/6,3/21,7	1,7,9	350 ml	Wędlina drobiowa 70 kcal/7,2/3,2/0,1 Serek topiony 80 kcal/4,5/9/0,4 Ogórek 5kcal/0,1/0/0,2	6,10 7	40g 1szt. 20g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Sok pomidorowy 150ml 1,2/0,15/4
		Pasta jajeczna 80 kcal/3/7,5/0,5 Połędwica sopocka 40kcal/3,6/1,6/0,1 Pomidor 3 kcal/0,2/0,1/06	3	40g 20g 20g	Gulasz wieprzowy z warzywami 283 kcal/40/50/9	1,7	200g	Masło 110kcal 0,1/14/0,1	7	15 g	
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g	Kasza jęczmienna 218 kcal/5,6/4,6/4,7	1	200g	Pieczywo pszenne 299kcal 6,5/1,6/68	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g	Surówka szefa kuchni 122kcal/1,9/7,8/9,6		120g				
		Herbata zwykła/0,1/0/0		200ml	Kompot bez cukru 56kcal/0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal/0,2/0/0,2		200ml	
	lekkostrawna	Zupa mleczna z makaronem (2% mleka, 30g makaronu/porcję) 270 kcal	1,3,7	250ml	Zupa jarzynowa 150 kcal	1,7,9	350 ml	Wędlina drobiowa 70 kcal/5,4/2,4/0,1 Serek kanapkowy 90 kcal/3,5/7,5/1,2 Ogórek b/s 5kcal	6,10 7	30g 30g 20g	
		Pasta jajeczna 80 kcal Połędwica sopocka 40kcal Pomidor 3 kcal	3	40g 20g 20g	Gulasz wieprzowy z warzywami 283 kcal	1,7	200g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Kasza jęczmienna 218 kcal	1	200g	Pieczywo pszenne 299kcal	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	Pieczona marchew z burakiem 70kcal/1,8/9,6/16,8		120g				
		Herbata zwykła		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200ml	
	cukrzyca	Zupa mleczna z makaronem razowym (2% mleka, 30g makaronu/porcję) 270 kcal	1,3,7	250ml	Zupa jarzynowa 150 kcal	1,7,9	350 ml	Wędlina drobiowa 70 kcal Serek kanapkowy 90 kcal Ogórek 5kcal	6,10 7	30g 30g 20g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Wędlina wieprzowa 40g, masło 15g, pieczywo razowe 60g 16/18/69
		Pasta jajeczna 80 kcal Połędwica sopocka 40kcal Pomidor 3 kcal	3	40g 20g 20g	Gulasz wieprzowy z warzywami 283 kcal	1,7	200g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Kasza gryczana 242 kcal/9/4,6/50	1	200g	Pieczywo razowe 268kcal 6,8/1,9/65	1	120 g	
		Pieczywo razowe 269kcal/6,8/1,9/65	1	120g	Surówka z marchwi 133kcal /1,2/0,36/20		120g				
		Herbata zwykła		200ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa		200ml	
	papkowata	MIX zupy mlecznej z makaronem 270 kcal MIX z wędliny drobiowej, serka kanapkowego, pasta warzywna, z dodatkiem kopru i masła 82% (10g) 490kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 44/22/36	1,6,7,10	300g 350g	MIX zupy jarzynowej 150kcal MIX II gulasz a'la strogonoff+ kasza jęczmienna + gotowana marchew + masło 15g 636kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 45/38/58	1,3,7,9	350g 400g	Sok pomidorowy 50kcal MIX –pasta z mięsa drobiowo-wieprzowego, brokuł, jajko, kalafior, masło 82 % 510kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 40/29/36	3	100ml 300g	

JADŁOSPIS - Szpital MSWiA w Koszalinie

Dzień tygodnia	Rodzaj diety	Śniadanie			Obiad			Kolacja			Dodatki
			Alergeny	waga		Alergeny	waga		Alergeny	waga	
PIĄTEK 16.02	zwykła Alergeny: 1,6,7,9,10	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (2% mleka, 30g płatków /porcję) 270kcal/5/6/20	1,7	250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 155 kcal/5,6/8,75/10,2	1,3,7,9	350ml	Salatka ryżowa (ryż biały, kureczak, kukurydza, ogórek konserwowy, majonez) 240kcal/5,2/10/20	1	200g	Dodatkowy posiłek dla cukrzyków Maślanka 150ml, wafel ryżowy 7/4,2/15 Podwieczorek Jabłko pieczone – 150g 0,6/0,6/18
		Pasta z twarogu półtłustego 110 kcal/12/3,6/6/3 Ogórek 3 kcal/0,1/0/0,2	7	60g 15g	Śledź w śmietanie z cebulką 267kcal/7,2/8,2/6,9	1,4,7	130g	Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15 g	
		Masło 110kcal/0,1/14/0,1	7	15g	Ziemniaki 138kcal/4/6,2/36		200g	Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal/6,5/1,6/68	1	120g	Surówka z kiszanej kapusty 65 kcal/1,1/5,6/9	7	120g				
		Kawa zbożowa 0,4/0/0,6		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal/0,4/0,2/26		200 ml	Herbata owocowa 26kcal/0,2/0/0,2		200ml	
	lekkostrawna Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi (2% mleka, 30g płatków /porcję) 270kcal	1,7	250 ml	Zupa marchwianka 7/7/10,5	1,9	350 ml	Salatka ryżowa (ryż biały, kureczak, kukurydza, ogórek, jogurt naturalny) 240kcal/5,4/8/22	1,7	200g	
		Pasta z twarogu półtłustego 110 kcal Ogórek b/s 3 kcal	7	60g 15g	Ryba pieczona z marchewką 214kcal/14,4/12/5,5	1,3,4	120g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ziemniaki 138kcal		200g	Pieczywo pszenne 299kcal	1	120 g	
		Pieczywo pszenne 299kcal	1	120g	Gotowany brokuł/4,8/2,4/7,2		120g				
		Kawa zbożowa		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal		200 ml	Herbata owocowa 26kcal		200ml	
	cukrzyca Alergeny: 1,3,6,7,9,10	Zupa mleczna z musli 5 zbóż (2% mleka, 30g musli/porcję) 290kcal/5/8/26	1,7	250 ml	Zupa szczawiowa z jajkiem 155 kcal	1,3,7,9	350ml	Salatka ryżowa (ryż biały, kureczak, kukurydza, ogórek, jogurt naturalny) 240kcal	1,7	200g	Dodatkowy posiłek nocny dla cukrzyków przyjmujących nocną insulinę (o 21:30) - dodany do kolacji Jajko gotowane 50g, masło 15g, pieczywo razowe 60g 16/25/33
		Pasta z twarogu półtłustego 110 kcal Ogórek 3 kcal	7	60g 15g	Śledź w jogurcie z cebulką 233kcal/7,5/7/6,8	1,4,7	130g	Masło 110kcal	7	15 g	
		Masło 110kcal	7	15g	Ziemniaki 138kcal		180g	Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120 g	
		Pieczywo razowe 268kcal/6,8/1,9/65	1	120g	Surówka z kiszanej kapusty 65 kcal	7	140g				
		Kawa zbożowa		200 ml	Kompot bez cukru 56kcal		200ml	Herbata owocowa 26kcal		200g	
	papkowata Alergeny: 1,3,6,7,9,10	MIX zupy z płatkami 270kcal MIX II pasta z twarogu, mięso drobiowe, brokuł, marchewka, masło 82% 363kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 40/36/41	1,3,6,7,10	300g 350g	MIX zupy marchwiarki 150 kcal MIX ryby pieczonej + ziemniaki + gotowany szpinak + masło 82% 624kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 38/62/81	1,3,7,9	300g 350g	Sok pomidorowy 50kcal MIX II sałatki jarzynowej 545kcal Również dla diety miksowanej do sondy (postać płynna) 24/35/15	3,6,10	100ml 300g	

