

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2025 (wtorek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), ogórek kiszony 100g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9),kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g(1,9), sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), ogórek kiszony 100g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka wieprzowa got. 40g (6), pomidor 50g OBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1),klops wieprzowy z warzywami 50/50g, sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 1

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 07.10.2025 (wtorek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: mus z przetartych owoców 100gOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ciabatta z prosciutto 1szt, szynka parmeńska 60g (6), pomidor 50g,herbata czarna 220mlŚNIADANIE II: mus z przetartych owoców 100gOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), ziemniaki got.250g, klopsik 100g (1,7), surówka z buraka czerwonego100g (10),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6), dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa bez zabielania 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g, sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml,PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka wieprzowa 60g (6),serek topiony 20g (7), sałata 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa pomidorowa 300g (1,9), kasza gryczana 250g (1), klops wieprzowy z warzywami 50/50g , sos pomidorowy 100g (1)kompot owocowy 220ml, PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywnyok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 60g (6), pomidor 100g, herbata malinowa 220ml |

 1

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2025 (środa)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza na mleku 200ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa barszcz czerwony z fasolą 300g (9,13), pyzy z mięsem 5szt (1,3),kompot 220 mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, seler, kukurydza, groszek) 100g (3,9) filet śledziowy w oleju rzepakowym z cebulką 100g (4,10), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 20g (7), sałata 30gOBIAD: zupa barszcz czerwony z fasolą 300g (9,13), pyzy z mięsem 5szt (1,3), kompot 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, seler, kukurydza, groszek) 100g (3,9) filet śledziowy w oleju rzepakowym z cebulką 100g (4,10), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa barszcz czerwony 300g (9,1), ziemniaki pyzy z mięsem 5szt (1,3), kompot 220ml PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml |

 2

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 08.10.2025 (środa)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś z indyka 60g (6), sałata zielona 3 listki, herbata malinowa 220mlŚNIADANIE II: mandarynka 1szt./ok.100gOBIAD: barszcz czerwony z fasolą 300g (9,13), pyzy z mięsem 5szt (1,3),kompot 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100g KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym z olejem rzepakowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml , DIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty 60g (7), ogórek korniszon 100g, sałata 3 listkiŚNIADANIE II: kisiel z malinami 100mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,1), ziemniaki got. 250g, filet z kurczaka got. na parze 100g, surówka z kapusty włoskiej 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta twarogowa ze szczypiorkiem 100g (7), pomidor 100g, papryka 100gDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem brzoskwiniowy 50g, miód naturalny 25g , pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami 300g (1,), pyzy z mięsem 5 szt (1,3) kompot 220ml PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym z olejem rzepakowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml ,  | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza manna na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: barszcz czerwony z fasolą 300g (9,13), pyzy z mięsem 5szt (1,3) kompot 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa barszcz czerwony 300g (9,1), pyzy z mięsem 5 szt (1,3), kompot 220ml PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: barszcz czerwony 300g (9,1), pyzy z mięsem 5szt (1,3) kompot 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220ml |

 2

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2025 (czwartek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa koperkowa400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa koperkowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa duszona w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 3

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 09.10.2025 (czwartek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: zacierka na mleku 400ml (1,7)margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), zupa mleczna z ryżem 300g (7), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa koperkowa 400g (13,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa koperkowa 400g (9,1), makaron bezglutenowy z twarogiem naturalnym i cynamonem 300g (1,7)PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy ok.100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 400g (13,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zacierka na mleku 400 ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa koperkowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa 400g (1,9), ziemniaki got. 250g, pieczeń wieprzowa gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa ok.100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 3

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2025 (piątek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa krupnik 350g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba duszona 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220 mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, seler, kukurydza, groszek) 100g (3,9) filet śledziowy w oleju rzepakowym z cebulką 100g (4,10), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 20g (7), sałata 30gOBIAD: zupa krupnik 350g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, ogórek kiszony, pietruszka, marchew, seler, kukurydza, groszek) 100g (3,9) filet śledziowy w oleju rzepakowym z cebulką 100g (4,10), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa krupnik 350g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220ml PODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml |

 4

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 10.10.2025 (piątek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś z indyka 60g (6), sałata zielona 3 listki, herbata malinowa 220mlŚNIADANIE II: mandarynka 1szt./ok.100gOBIAD: barszcz czerwony z fasolą 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny z malinami 100/50g (7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym z olejem rzepakowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml , DIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty 60g (7), ogórek korniszon 100g, sałata 3 listkiŚNIADANIE II: kisiel z malinami 100mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, filet z kurczaka got. na parze 100g, surówka z kapusty włoskiej 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jogurt naturalny z musli bezglutenowym 100/60g (7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta twarogowa ze szczypiorkiem 100g (7), pomidor 100g, papryka 100gDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza manna na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), dżem brzoskwiniowy 50g, miód naturalny 25g , pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa barszcz czerwony czysty z ziemniakami 400g (1,), ziemniaki got.250g, ) , ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220ml PODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym z olejem rzepakowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220ml ,  | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza manna na mleku 400ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: barszcz czerwony z fasolą 400g (9,13), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: zupa barszcz czerwony 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220ml PODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza na mleku 400ml (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7), pomidor 100g, herbata malinowa 220mlOBIAD: barszcz czerwony 400g (9,1), ziemniaki got. 250g, ryba gotowana 100g (1,4), sos grecki 150g (1,9) kompot 220mlPODWIECZOREK: mandarynka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), sałatka jarzynowa (ziemniak, jabłko, pietruszka, marchew, seler) 100g (3,9) śledź matias w sosie koperkowym 100g (4,7), sałata 3 listki, herbata czarna b/c 220ml |

 4

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2025 (sobota)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza na mleku 200ml (1,7) wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220ml OBIAD: zupa jarzynowa 400g (9,7,1), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek deliser 34g (7),sałata 30gOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,7,1), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata b/c220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (1,7,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml |

 5

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 11.10.2025 (sobota)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 200ml (1,7), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlŚNIADANIE II: koktajl jogurtowy z bananem 100mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,7,1), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser mocarella 50g (7), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1), herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: koktajl szpinakowy z bananem 100mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,7,1), makaron bezgl 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: płatki owsiane na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa jarzynowa niezabielana 400g (9,1), makaron 250g, sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,7,1), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata b/c220mlOBIAD: zupa jarzynowa 400g (1,7,9), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: płatki owsiane na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa jarzynowa 300g (9,7,1), makaron 250g (1), sos spagetti 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml |

 5

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2025 (niedziela)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy duszony w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wy borna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 400g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 6

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 12.10.2025 (niedziela)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g, schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa rosół 350g (9,1), ziemniaki 250g, schab wieprzowy gotowany 100g, fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g, schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , schab wieprzowy gotowany w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 6

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2025 (poniedziałek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7) wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220ml OBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek deliser 34g (7),sałata 30gOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata b/c220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (1,9), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml |

 7

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 13.10.2025 (poniedziałek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlŚNIADANIE II: koktajl jogurtowy z bananem 100mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220ml PODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser mocarella 50g (7), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1), herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: koktajl szpinakowy z bananem 100mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron bezgl 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: kasza jaglana na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa kapuśniak 400g (9,1), makaron 250g, gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok. 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata b/c220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (1,9), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: kasza jaglana na mleku 200ml (1,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3), buraczki got. tarte 100g (1) herbata 220mlOBIAD: zupa kapuśniak 300g (9,1), makaron 250g (1), gulasz 100g, kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowo-warzywny ok 50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata lodowa 30g, herbata 220ml |

 7

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2025 (wtorek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml (1,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), ser żółty 60g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,13,9), ryż z polewą 300g (1,7)kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek ziołowy20g (7), roszponka 30gOBIAD: zupa grochowa z ziemniakami 400g (1,13,9), ryż z polewą 300g (1,7)kompot owocowy b/c 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 8

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 14.10.2025 (wtorek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, roszponka 30g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), dżem niskosłodzony 50g, pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: shake bananowo-truskawkowy 100mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7),kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: jabłko 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: płatki jęczmienne na wodzie 400ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), miód naturalny 25g, dżem truskawkowy niskosłodzony 50g, roszponka 30g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż biały z jabłkiem 300g (1) , kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), serek wiejski 200g (7), roszponka 30g, herbata czarna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: gruszka 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10), pomidor 100g, herbata czarna 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: płatki jęczmienne na mleku 400ml, wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), serek wiejski 200g (7),miód naturalny 25g, roszponka 30g herbata czrna 220mlOBIAD: zupa koperkowa z ziemniakami 400g (1,7,9), ryż z polewą 300g (1,7), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z jajka i zielonego groszku 100g (3,10),pomidor 100g, herbata czarna 220ml |

 8

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2025 (środa)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zupa mleczna 200g (7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , wieprzowina duszona w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),ćwikła z chrzanem 100g (7,9,10,12) herbata b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1),serek topiony 34g (7), sałata 30gOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , wieprzowina duszona w sosie własnym 100g (1), surówka z kapusty czerwonej 130g kompot b/c220ml PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata b/c220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 400g (1,9), ziemniaki 250g , wieprzowina gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 9

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 15.10.2025 (środa)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), zupa mleczna z ryżem 300g (7), jajo gotowane 2szt (3), pomidor 50g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g, wieprzowina gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser żółty bez laktozy 60g , szczypior 50g, tarta rzodkiewka 40g, herbata 220mlŚNIADANIE II: pomarańcza 1szt./ok.100gOBIAD: zupa rosół 350g (9,1), ziemniaki 250g, wieprzowina duszona w sosie własnym 100g, fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g PODWIECZOREK: biszkopt bezglutenowy 100g (1,3,7)KOLACJA: margaryna roślina 40% tł. 15g (7),pieczywo bezglutenowe 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g, wieprzowina duszona w sosie własnym 100g , fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: banan 1szt/ok.100gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220ml OBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , wieprzowina gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , wieprzowina gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220ml  PODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), szynka drobiowa 60g (6), jajko gotowane 50g (3),buraczki got. tarte 100g (1) herbata czarna 220mlOBIAD: zupa rosół 350g (1,9), ziemniaki 250g , wieprzowina gotowana w sosie pietruszkowym 100g (1), fasolka szparagowa gotowana z olejem rzepakowym 130g kompot 220mlPODWIECZOREK: babka piaskowa 100g (1,3,7)KOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), kiełbasa żywiecka 60g (6), sałata 30g herbata 220ml |

 9

SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2025 (czwartek)

|  |
| --- |
| DIETA PODSTAWOWAŚNIADANIE: zupa mleczna z makaronem 200ml (1,3,7)wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) ,ogórek zielony 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa żurek 300g (9,3), ziemniaki got. 250g, kotlet mielony 50g (1,3), surówka z marchewki z selerem 130g (9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220mlDIETA Z OGRANICZENIEM ŁATWO PRZYSWAJALNYCH WĘGLOWODANÓW (CUKRZYCOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) ,ogórek zielony 100g, herbata owocowa b/c 220mlII ŚNIADANIE: wyborna extra 40%tł.15g, pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), szynka delikatesowa z kurcząt 40g (6),sałata 30gOBIAD: zupa żurek 300g (9,3), kasza 250g (1), kotlet mielony 50g (1,3), surówka z marchewki z selerem 130g (9), kompot owocowy b/c220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną b/c 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU (WĄTROBOWA)ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) ,pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa żurek 300g (9,3), kasza 250g (1), kotlet mielony 50g (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220ml |

 10

 SZPITAL ŚW.ANTONIEGO JADŁOSPIS NA DZIEŃ 16.10.2025 (czwartek)

|  |  |
| --- | --- |
| DIETA PODSTAWOWA DZIECIŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) , pomidor 100g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: biszkopty 100gOBIAD: zupa żurek 300g (9,3),ziemniaki 250g , kotlet mielony (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), serek wiejski 200g (7) kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220mlDIETA BEZGLUTENOWAŚNIADANIE: margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo bezglutenowe 100g (1), ser mocarella 50g (7), szynka gotowana 40g (6), pomidor 50g, papryka 50g, herbata owocowa 220mlŚNIADANIE II: banan 100g, sok z marchwiOBIAD: zupa krupnik 400g (9,1), ziemniaki 250g, kotlet mielony (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo bezglutenowe 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220mlDIETA ELIMINACYJNA – BEZMLECZNAŚNIADANIE: makaron na wodzie 200ml (1), margaryna roślinna 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś pieczona z indyka 80g (6), pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa krupnik 300g (9,1), ziemniaki 250g , kotlet mielony (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), serek wiejski 200g (7) kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: margaryna roślinna 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220ml | DIETA BOGATOBIAŁKOWA (WYSOKOBIAŁKOWA)ŚNIADANIE: zupa mleczna z makaronem 200ml (1,3,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) , pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa żurek 300g (9,3), ziemniaki 250g , kotlet mielony (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), serek wiejski 200g (7) kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220mlDIETA LEKKOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM TŁUSZCZU ŚNIADANIE: wyborna extra 40% tł.15g,pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) ,pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa żurek 300g (9,3), ziemniaki 250g , kotlet mielony (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7),pieczywo żytnio-pszenne 50g (1), chleb graham 50g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220mlDIETA ŁATWOSTRAWNA Z OGRANICZENIEM SUBS.POBUDZAJĄCYCH WYDZIELANIE SOKU ŻOŁĄDKOWEGOŚNIADANIE: zupa mleczna z makaronem 200ml (1,3,7), wyborna extra 40% tł. 15g, pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pierś pieczona z indyka 60g (6),serek deliser 17g (7) , pomidor 100g, herbata owocowa 220mlOBIAD: zupa żurek 300g (9,3), ziemniaki 250g , kotlet mielony (1,3), surówka z marchewki sparzona 130g (9), kompot owocowy 220mlPODWIECZOREK: mix owocowy ok.50gKOLACJA: wyborna extra 40% tł.15g (7), pieczywo pszenne (baton wrocławski) 100g (1), pasta z mięsa wieprzowego warzyw (marchew, seler, pietruszka, brokuł) 100g (9), sałata zielona 30g, herbata z cytryną 220ml |

 10