Załącznik nr 11 SWZ

Jadłospis dekadowy dla szpitala MSWiA – dieta łatwostrawna z ograniczeniem tłuszczu:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Śniadanie: | Ryż na mleku 300mlPieczywo mieszane 70g, masło 10g, polędwica sopocka 60g, pomidor 50gKawa z mlekiem 250ml | Płatki jaglane na mleku 300 mlPieczywo mieszane 70g masło 10g ogórek świeży 40g | Kawa z mlekiem 250mlPieczywo 70g,Masło 10g,  Szynka dr.40g, Jabłko got.150g | Kasza jęczmienna na mleku 300mlPieczywo mieszane 70g,Masło 10g,  Dżem 50g, Herbata 250ml | Zacierka na mleku 300ml, pieczywo 70g, sałata 20g, szynka z piersi kurczaka 60g, herbata 250ml | Manna na mleku 300 mlPieczywo 70g, Masło10g,  Szynka  z piersi kurczaka 40g, Sałata zielona 15g | Ryż na mleku 300mlpieczywo mieszane 70g, Masło 10g,  Pasta z  twarogu z zieleniną 60gSałata zielona 15g | Kawa z mlekiem 250mlPieczywo 70g,Masło 10g,  Szynka dr.40g, Jabłko got.150g | Kawa z mlekiem 250mlPieczywo 70g,Masło 10g,  Szynka dr.40g, Jabłko got.150g |
| II Śniadanie: | Bułka 50g, twarożek z koperkiem 40g | Kajzerka 50g, polędwica sopocka 12g, liść sałaty | Bułka 50g, dżem 30g | Bułka 50g, masło 10g miód 20g | Kanapka z chleba pszennego 50g, sałatą i szynką z piersi kurczaka 10g | Bułka 50g, twarożek z koperkiem 40g | Bułka 50g, dżem 30g | Bułka 50g, masło 10g miód 20g | Bułka 50g, twarożek z koperkiem 40g |
| Obiad: | Pomidorowa z ryżem 400ml Kurczak w sosie własnym 70g Ziemniaki 200g Surówka z marchwi i jabłka 80g, bukiet warzyw gotowanych 100g Kompot 250ml | Krem z cukinii, 400 ml Mintaj 100g gotowany w warzywach 200g, kasza jaglana 200g | Selerowa z ziemniakami400mlBitka drobiowa   w sosie 80g /70gRyż 200g Brokuł 130gKompot 250m | Szpinakowa z ryżem 400ml, Pulpet z ryby w sosie 80/70g, Ziemniaki 200g, Buraczki na ciepło 130g, Kompot 250ml | Jarzynowa z makaronem 400ml, Filet dr. w sosie 80g /70gZiemniaki 200g,Brokuły z wody 130g, Kompot 250ml | Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, Makaron 200g, z musem jabłkowym 100gJogurt 100gKompot 250ml | Ziemniaczana 400ml,  Filet gotowany w sosie 80g /70Kasza 200g, Brokuł 130g, Kompot 250ml |  Rosół z makaronem 400ml Filet gotowany w sosie 80g /70Marchewka  130g, Ziemniaki 200g, Kompot 250ml | Ryżowa 400ml Gulasz drobiowy 150mlBuraczki 130gZiemniaki 200g, Kompot 250ml |
| Podwieczorek: | Kisiel 250ml | Jogurt owocowy 150g | Budyń 200ml | Kefir 200 ml | Jogurt naturalny 150 | Jogurt owocowy 150g | Budyń 200ml | Kefir 200 ml | Jogurt naturalny 150g |
| Kolacja: | Pieczywo mieszane 70g, szynka z piersi kurczaka 40g, masło 10g, sałata 20g, pieczone jabłko 180g | Pieczywo mieszane 100g, Masło 10g Pasta z twarogu  60g Dżem 50gHerbata 250ml | Pieczywo mieszane 100g, Masło 10g,Wędlina drobiowa 40g, Pomidor 50g Herbata 250ml | Pieczywo mieszane 100g, Masło 10g,Szynka z piersi kurczaka 40gSałata zielona 15g Herbata 250ml | Piecz .mieszane 100gMasło 10g,Polędwica z indyka 40gPomidor 50grHerbata 250ml | Pieczywo mieszane100g, Masło 10g,  Szynka  z indyka 40g,  Pomidor 50g Herbata 250ml | Pieczywo mieszane 100g, Masło 10g Marmolada 50g Herbata 250ml |  Piecz .mieszane 100g, Masło 10g, Pasztet drobiowy  50g, Sałata zielona 15gHerbata 250ml | Piecz. mieszane 100g, Masło 10g,Kiełbasa kanapkowa z kurczaka 40gPomidor 50gHerbata 250ml |

Jadłospis dekadowy dla szpitala MSWiA – dieta z ograniczeniem węglowodanów prostych:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Śniadanie: | Kawa z mlekiem 250ml ,Pieczywo z pełnego przemiału 70g, masło 10g, Ser twarogowy 60g,Pomidor50g | Płatki owsiane  na mleku 300ml, Pieczywo z pełnego przemiału  70g, Masło 10g,  Pasta z ryby 60g, sałata zielona 15g | Kawa z mlekiem 250ml,Pieczywo z pełnego przemiału  70g, Masło 10g,  Szynka dr.50g,   Pomidor 50gHerbata 250ml | Kawa z mlekiem 250ml Pieczywo  z pełnego przemiału 70g, Masło 10g,  Kanapkowa z kurczaka 50gJabłko pieczone 150g | Manna na mleku 300ml Pieczywo  z pełnego przemiału 70g, masło10g,  Szynka 50g, Sałata zielona 15gHerbata 250ml | Kasza jęczmienna na mleku 300mlPieczywo z pełnego przemiału 70g,Masło 10g,  Parówka drobiowa 60g, sałata zielona 15gHerbata 250ml | Ryż na mleku 300mlpieczywo z pełnego przemiału 70g, masło 10g, Pasta z twarogu i zieleniny 60g,Rzodkiewka 50g | Zacierka na mleku 300ml, Pieczywo z pełnego przemiału  70g, Masło 10g,  Szynka ogonówka 50gPapryka 50g. |  |
| II Śniadanie: | Graham 40gPolędwica z indyka 50g, rzodkiew 5g | Graham 40g  Twaróg 60g, ogórek 10g | Graham 40gPasztet drobiowy 50g | Graham 40gJajko 50gszczypiorek |  Graham 40gWędlina drob. 50g | Graham 40gTwarożek z  koperkiem  60g | Graham 40gPasztet drobiowy 40g, | Graham 40gPolędwica z warzywami 50g | Graham 40gPolędwica sopocka  |
| Obiad: | Ryżowa 400ml Gulasz drobiowy 150mlBuraczki 130gziemniaki 200g, kompot 250ml |  Jarzynowa z zacierką 400ml, Filet dr. w sosie 70g/80g, Ziemniaki 200g,Brokuły z wody 130g, Kompot 250ml | Grysikowa 400ml, Schab  w sosie 70g/80g, Ziemniaki 200g, Marchewka 130gKompot 250ml  | Barszcz czerwony z ziemniakami 400ml, Makaron 200g  z musem jabłkowym 100g Jogurt 100gKompot 250ml | Szpinakowa z ryżem 400ml, Pulpet z ryby w sosie 80/70g, Ziemniaki 200g, Buraczki na ciepło 130g, Kompot 250ml | Jarzynowa z ziemniakami400mlRisotto z mięsem i warzywami 300g, sos pomidorowy 100ml Surówka z kapusty czerwonej 130gKompot 250ml |  Rosół z makaronem 400ml udziec gotowany 100g, VIII: filet gotowany w sosie 70g /80gMarchewka  130g, ziemniaki 200g, kompot 250ml |  Ziemniaczana 400ml,  Filet gotowany w sosie 80g /70Kasza 200g, Brokuł 130, kompot 250ml | Krem z cukinii, 400 ml Mintaj 100g gotowany w warzywach 200g, kasza jaglana 200g |
| Podwieczorek: | Kisiel 250ml | Jogurt owocowy 150g | Budyń 200ml | Kefir 200 ml | Jogurt naturalny 150 | Jogurt owocowy 150g | Budyń 200ml | Kefir 200 ml | Jogurt naturalny 150g |
| Kolacja: | Pieczywo graham 100g, szynka z piersi kurczaka 50g, masło 10g, sałata 20g, pomidor 50g | graham 100g, Masło 10g Pasta z jaj  60g Ogórek zielony 40gHerbata 250ml | Pieczywo graham 100g,Masło 10g,Polędwica drobiowa 50g,  Pomidor 50g Herbata 250ml |  Pieczywo graham 100g,Masło 10g,  Polędwica z indyka 50gPomidor 50grHerbata 250ml | Pieczywo graham 100g,Masło 10g Pasta z twarogu 60g,  ogórek świeży 50gHerbata 250m | Pieczywo graham 100g,Masło 10g,Wędlina drobiowa 50g Pomidor 50gHerbata 250ml  | Pieczywo graham 100g, masło 10g, jajko 50gPomidor 50gHerbata 250ml | Pieczywo graham 100g,Masło 10g, Pasztet drobiowy 50gSałata zielona 15gHerbata 250ml |  Pieczywo graham 100g,  Masło10g Szynka wieprzowa 50g.  Sałatka jarzynowa dietetyczna 100g Herbata 250ml |