

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 04.03.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały z cyranosem i cukrem 70g, półkwarta sopočka 50g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w kapieście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzynek ze szczypiotkiem i cebulą 70g, szynka półkwaśnicowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2582,8 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKT 28,8 g bł 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały z cyranosem i cukrem 70g, półkwarta sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewką gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, ser biały z cyranosem i cukrem 70g, półkwarta sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,7 kcal, B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKT 27,1 g bł 28,4 g sól 4,3 g cukry 95,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cyranosem i cukrem 30g, półkwarta sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka półkwaśnicowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, ser biały z cyranosem i cukrem 70g, półkwarta sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwański mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,3 g bł 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, filet kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal, B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bł 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, półkwarta sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g warzynek ze szczypiotkiem i cebulą 70g, szynka półkwaśnicowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyc b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml- płynna	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., cukrzyc bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 3g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bł 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cyrnanem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jablo gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 3g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bł 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jablo 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, filet kurczący gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1150,9 kcal, B 80 g T 50,2 g W 184,5 g NKT 16,4 g bł 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, miks tl. 10g, ser biały z cyrnanem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jablo 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt., miks tl. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka psz. 1szt miks tl. 15g, ser biały z cyrnanem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablo 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, miks tl. 10g, jajo got. 1szt, papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, miks tl. 15g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bł 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, miks tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, twarożek ziołowy, serek wiejski, kefir, mies. mleczna, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekem, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwański, mies. mleczna, Kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, szynka polędwicowa

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, szynka polędwicowa, deser sojowy

Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, szynka polędwicowa

Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe

Sesam- hummus

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 05.03.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kisielbas szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt.,rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznצל z kurczaka 50g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapiny z zurażną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mliekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-ciszynowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mandarynka 100 g	en 2417,8 kcal, B 106,9 g T 78,7 g W 349,0 g NKT 35,3 g bl 28,1 g sol 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kisielbas szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.pekiskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mliekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bl 34,1 g sol 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, kisielbas szynkowa mielona 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mliekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2388,2 kcal, B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g bl 34,2 g sol 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 sznca, schib gotowany 30g gruska 1 szt,rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jablowy 100 % 1 szt.	Hektola 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bl 16,7 g sol 3,1 g cukry 51,1 g
wrzodlowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kisielbas szynkowa mielona 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez smiełany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mliekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sol 5,1 g cukry 93,7 g
niskosodowa	Ryż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, schib gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mliekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schib gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2097,5 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bl 32,1 g sol 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt, kisielbas szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt.,rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapiny z zurażną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 130g, kompot owocowy 200ml	Sok jablowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mliekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bl 40,7 g sol 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt, kisielbas szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, ogórek kiszony 50g,rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.pekiskiej 120g,sur. z kiszanej kapiny z zurażną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,5 g bl 34,8 g sol 5,1 g cukry 46,4 g

wątrobowowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp., 50g, biało gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. zmielona 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bl 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1 szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bl 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g	Wafle ryżowe 25st.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczęcy 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt. mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bl 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedokrzynnościach	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 15g, kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp., 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g	chleb razowy 60g, mix tl. 10g, chłb młody 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleklem 2%, 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix. tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bl 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna
B - białko ogółem
T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem
NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
bl - błonnik

sól - sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. wtorek 1:

Mleko (tęcznie z laktazą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z mleklem, twarożek ze śmietaną i cukrem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, miesz. mleczna
Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mleklem, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, mieszanka
Seler- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy
Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy
Gorczyca- kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,
Jajka-jajko, szynceł wp, kłuski śląskie

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 06.03.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna porcji
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix 15g, szybkowa 50g, ser Hlochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smazony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z muretwką i porcem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix 1l, 15g, pasta twarogowa-yogurtowa ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, jamn 1 szt., mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2485,3 kcal, B 92,6 g T 83,9 g W 385,9 g NKT 31,2 g Bt 23,6 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw. 60g, mix 1l, 10g, szybkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz. z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, konserwa sawałśka 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
paplowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix 1l 10g, szybkowa mielena 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 1l, 10g, konserwa sawałśka 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,5 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., szybkowa 30g, ser Hlochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbatka 25g, mus owocowy 1 szt	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, saszka z pierś kurczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 30g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 67,5 g W 189,7 g NKT 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
wrzdlowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix 1l, 10g, szybkowa mielena 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, konserwa sawałśka 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,7 kcal, B 94,9 g T 77,2 g W 284,6 g NKT 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 95,1 g
niśkosodowa	Makaron na mleku2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, ser biały 70g, saszka z kurczaka gotowanego 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboz z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, jajo got. 1 szt, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2165,2 kcal, B 94,1 g T 67,1 g W 278,1 g NKT 25,4 g Bt 28,3 g sól 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, szybkowa 50g, ser Hlochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatka 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smazony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z muretwką i porcem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 1l, 15g, saszka z pierś kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2569,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKT 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 1l 10g, szybkowa 50g, ser biały 70g, (niekiedy kawa zbozowa bez cukru z karczaską got. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, nie słaby	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z muretwką i porcem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz. biał. 200ml, chleb razowy 100g, mix 1l, 10g, konserwa sawałśka 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzykowa kiełb. jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKT 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw. 60g, szybkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa sawałśka 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKT 28 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g

dla dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Masło owoce 1 szt. + ciupki 15g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 600g, kompot owoce 200 ml	Sok owoce 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1 szt., ciabło zw. 60g, jajo got. 1 szt., deser jogowy 1 szt., melon 100g, mix sałat z oliwą 5g	en 159,5 kcal, B 60,1 g T 41,6 g W 17,9 g NKT 12,4 g Bt 14 g sól 3,8 g cukry 52,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbatna 200ml, ciabło bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owoce 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyjski 60g, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owoce 200ml	Sok owoce 150 ml	Herbatna 200ml, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., twaróg 50g, warzywa 40g, melon 100g, mix sałat z oliwą 5g	en 226,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedoborach witaminach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciabło zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	ciabło razowy 80g, mix tl. 10g, kasza krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owoce 200ml		Kawa z miodem 2% i cukrem 200ml, ciabło zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą 5g	en 241,9,5 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g Bt 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
- Bt - błonnik
- sól - sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w jednospisie w dn. środa 1

Mleko (kaczyni i jaskółca) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twaróg ziołowy, mieszanka płynna, herbatniki, mész, mleczna, ser Hochland
 Żośa zawierające gluten – kupa mieczki, pęczak, kupa krupnik, ogórkowa, kofet mielony WP, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa inna z miodem, szynkowa, konserwa suwalska
 Sól i produkty pochodne – warzywa ryżowe, szynkowa, kasza krakowska, konserwa suwalska
 Gorczyca – szynkowa, kasza krakowska, konserwa suwalska, deser jogowy
 Jaja – herbatniki, kofet mielony, pulpet, jajo gotowane
 Ryby – pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 07.03.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłka
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, kiełbasa parowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, jajko gotowane 1 szt., półdewica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g bł 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, półdewica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
paplowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, półdewica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, półdewica sopocka 30g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, seryłka z piersi kurczaka 30g, półdewica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wzróżdowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, półdewica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g bł 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, siało gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g bł 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g,półdewica sopocka 30g,serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt.,kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, seryłka z piersi kurczaka 50g, półdewica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa b/sól! - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakerska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Waflę ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., (cukrzykowa b/sól! - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, poledwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g bł 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci beczmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml + jabłko 1 szt.	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszanej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got. 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g bł 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl. 10g, jajo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bł 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szpinakowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgną 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, przysmak suwański 50g, poledwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bł 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

en - wartość energetyczna

en - wartość energetyczna

B — białko ogółem

T — tłuszcz

W — węglowodany ogółem

NKT — nasycone kwasy tłuszczowe

bł — błonnik

sól — sól

cukry - cukry

kefir

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) — kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z cukrem serem i śmietaną, mieszanka płynna, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa inka z mlekiem, mieszanka mleczna, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, poledwica drobiowa, poledwica

sopocka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym

Seier- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, poledwica drobiowa

Gorczyca- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, poledwica drobiowa

Jajo—jajo gotowane, pyzy ziemniaczane

Soja- przysmak suwański, kiełbasa parówkowa, blok mielony, poledwica drobiowa, deser sojowy

Sezam- hummus

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 08.03.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2766,5 kcal, B 105,3 g T 102,7 g W 357,7 g NKT 34 g bi 32,4 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewi 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g bi 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 357,3 g NKT 27,5 g bi 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galareta owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopcy 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g bi 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wrzdodowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopcy 30g	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 359,3 g NKT 27,6 g bi 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
miękkosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, schab gotowany 50g, dżem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galareta owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopcy 30g	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 2 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 373,4 g NKT 30,3 g bi 33 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

ciężcyżycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Keif 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kaszowej kapuśy z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukier bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twaróg ziolowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzyżycowa b/ sol kurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g bi 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., oiałka z 2 jai, ser biały 70g, miód 1 szt, jabko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, twaróg ziolowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bi 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
bezmleczna/ dzieci bni	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt, jabko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml + gruszka 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Chnapki kukurydziane 16g	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g bi 14,2 g sól 2,8 g cukry 46,2 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jabko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,5 g cukry 86,8 g
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.50g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jabko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajo got 1szt., papryka 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, twaróg ziolowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bi 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g

Wykaz składników alergennych: w jadospisie w dn. piątek 1
Mleko (łączenie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem
Zboża zawierające gluten – szczawiowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa lina z mlekiem, mieszanka mleczna, szynkowa, kopytka z masłem,
Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy
Jajo – jajo got, biszkopty, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku
Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze

en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
bi – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 09.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, serekwas 50g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, camembert 30g, sur z marchewki 70g, mandarynka 100g	en 2132,7 Kcal, B 88,5 g T 80,9 g W 293,3 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, serekwas 1szt, paszeta 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2278 Kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
parkowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, serekwas mielony 1szt, paszeta 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekciem 2%, chleb zw 90g, mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2228 Kcal, B 89,9 g T 75,3 g W 302,5 g NKT 26,9 g bł 28 g sól 5,3 g cukry 89,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, paszeta 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 50g, mus owocowy 1 szt,	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, serekwas mielony 1szt, paszeta 50g, jabłko gotowane 1 szt, pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana fasolka szparagowa 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekciem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2270,1 kcal, B 90 g T 76 g W 320,3 g NKT 26,1 g bł 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, jajo got 1 szt, serekwas gotowany 50g, jabłko 1 szt, ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, paszeta 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Kawa zboż z mlekciem 2%, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdelek 1 szt., pasztet 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrzy, b/s, jajo got. 1 szt., selenio gotowany 50g)	chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zolia 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wętrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek mielony 1szt., paszeta 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., dżem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g + miod 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 1089,6 kcal, B 66,4 g T 48,1 g W 192,7 g NKT 11,5 g bł 12,1 g sól 3,2 g cukry 82,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4 szt., mix tl 10g, file kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w Jadalni w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktosą) – płatki owsiane na mleku, zupa z zielonego groszku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, mieszanka mleczna, jogurt naturalny, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek topiony, camembert
Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, zupa z zielonego groszku, szynkowa, paszeta, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowską, mieszanka płynna, sos musztardowy, sos pomidorowy, kawa zbożowa,

konserwa suwalska

Seler- Zupa z zielonego groszku, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet

Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp., deser sojowy

Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp.

Jajo i prod. pochodne— jajo, paluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 10.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśy pekińskiej 150 g, kalerfior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2397,7 kcal, B 108,0 g T 90,2 g W 316,20 g NKT 32,9 g bi 22,8 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, kalerfior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bi 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
papkowata	Jak lekkostrawna - chleb zwykły 90g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g bi 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 30g, polędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biskopki 15g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g bi 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfior gotowany 120g, kisiel 200ml	biskopki 20g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g bi 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bi 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalerfaj z parry 150g, kisiel 200ml	Biskopki 30g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cultryzowa	Kawa zbozowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalerfaj gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
włtrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 90g, 1 twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt, liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt, kalerfaj gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kalerfaj gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, hummus 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1003,9 kcal, B 65,4 g T 48,9 g W 203,3 g NKT 13,1 g Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 90,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalerfaj gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tl. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl. 15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalerfaj z parry 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g Bt 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bt - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Niedziela 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, młk tł., masło 82%, kawa, mieszanka mleczna, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser topiony, kefir

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa inka, mieszanka mleczna, herbatniki, szynkowa, sopockaschabowy wp, filet w sosie

Seler- zupa obiadowa: rosół, szynkowa, ogórek z sosie ziołowym, sopocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, sopocka, deser sojowy

Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, sopocka

Jajło – jajło gotowane, biszkopt, schabowy wp.