

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 06.01.2025

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 50g, ser biały z cytrynanem 30g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 50g, ziemniak 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g, w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix 113g, twaróg ze szczyptą i cebulą 70g, szynka polędwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2581,8 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 371,7 g NKT 28,8 g bi 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 110g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix 110g, przysmak suwański 50g, serce wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bi 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 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 cytrynanem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczna 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 bi 15,7 g sól 2,8 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polędwica sopocka 50g, ser żółty 50g, ziemniak 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150g, 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 115g, twaróg ze szczyptą i cebulą 70g, szynka polędwiczna 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 bi 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
culkrzykowa	Kawa zboż z cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 110g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyc b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb razowy 100g, mix 110g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., cukrzyc bez soli - fiolet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rzecia 5g	en 2379,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bi 30,5 g sól 5,5 g cukry 94,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rzecia 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bi 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 110g, ser biały z cytrynanem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix 110g, fiolet 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 bi 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt mix tl 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajko got. 1szt., papryka 50g</p>	<p>Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, serrek wędzli 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty</p>	<p>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</p>
<p>Wykaz składników alergennych: w lactosjście w dn. Poniedziałek 1</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieleny, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogowe szezypiorom i cebulą, serrek wędzli, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieleny, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwiczowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie</p> <p>en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bł – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p>Seler- barszcz zabieleny, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Jajka- jajko gotowane pomidorowym</p>						

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 07.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, sernik 15g, jajo gotowane 1szt., kiełbasa sernikowa 50g, paszeta wpr. 50g, gruska 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażyną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, cukiern 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, pasta iwarogowo-chrzastowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100 g	en 2415,8 kcal, B 106,6 g T 78,7 g W 348,9 g NKT 35,3 g bj 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, kiełbasa sernikowa 50g, paszeta wpr. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g, mix salat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bj 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., schab gotowany 50g, gruska 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażyną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukiern 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bj 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1szt., kiełbasa sernikowa 50g, paszeta wpr. 50g, gruska 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażyną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2396,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bj 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukiern 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., kiełbasa sernikowa 50g, paszeta wpr. 50g, ogórek kiszony 50g, nocioła 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażyną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukiern 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 30,3 g bj 34,8 g sól 5,51 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa sernikowa 50g, paszeta wpr. 50g, białko gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bj 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 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., nocioła 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczecy 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 salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bj 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

przy niedioksydowanych	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zwykly 90g, bułka psemna 1 sztuka, ti 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., miodu 5g	chleb razowy 60g, miks ti 10g, miak mleczny 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makiem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany file kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur z kap. pechulskiej 150g, mączniakowa gotowana na parze 150g, Kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zwc 90g, bułka psemna 1szt., mks, ti 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mks, salat	en 2489,7 kcal B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bj 36,1 g sol 5,7 g cukry 92,7 g
<p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – błonnik sol – sól cukry - cukry</p> <p style="text-align: center;">Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. wtorek 1: Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa, miks ti, masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makiem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbozowa z mlekiem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna Seler- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Jajka-jajko, szynceł z kurczaka</p>						

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 08.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix szybsowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogorkowa 300ml, kasza pszeka 160g, gotowany pulpek kollet mielony vp 90g, sur z białej kapusty z miodunka i poroni w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, pasta twarogowa+rybna ze szczyptkami 70g, ketchup karkonoski porzowa 50g, melon 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2376,1 kcal, B 88,9 g T 83,1 g W 557,0 g NK1 1,2 g B1 20,9 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix tl 10g, szybsowa 50g, ser Hochland 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt		Krupnik 300ml, kasza ppszek 160g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, konserwa sardynki 50g, twarog z żółtami 70g, melon 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280,0 g NK1 28,4 g B1 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt, szybsowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 70g, pomidor 70g	Hochlandki 25g, mas owoceowy 1 szt	Krupnik 200ml, kasza ppszek 100g, gotowany pulpek mielony 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml		Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, szybska z piersi karkonka 30g, karkonka karkonoska porzowa 30g, melon 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 62,8 g T 41,9 g W 185,7 g NK1 14,1 g B1 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 12g, szybsowa 30g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbataki 25g, mas owoceowy 1 szt	Zupa ogorkowa 300ml, kasza ppszek 200g, smazony kollet mielony vp 90g, sur z białej kapusty z miodunka i poroni w sosie ziolowym 130g, mix warzyw na patrze 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl 12g, szybska piersi karkonka 30g, karkonka karkonoska porzowa 50g, melon 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2689,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 559,1 g NK1 31,2 g B1 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb mziowy 100g, mix tl 10g, szybsowa 50g, ser Hochland 70g, pomidor 70g, jablko 70g, pomidor 70g, kis sialt	kalafior gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza ppszek 160g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z miodunka i poroni w sosie ziolowym 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml		Kawa zboż, bka 200ml, chleb mziowy 100g, mix tl 10g, konserwa sardynki 50g, twarog z żółtami 70g, cukrzykowa bka/i- jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NK1 28,4 g B1 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
węglowodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, szybsowa 50g, ser Hochland 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt		Krupnik 300ml, kasza ppszek 160g, gotowany pulpek mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa sardynki 50g, twarog z żółtami 70g, melon 100g, mix siałt 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280,0 g NK1 28,4 g B1 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały pastylowy 50g, pasta z gotowanego buraczka 30g, pomidor 70g, jablko 1 szt	Mas owoceowy 1 szt	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek mielony wglut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml		Herbata 200ml, mix tl 10g, jajo got 1 szt, twarogek żółty 50g, wafle ryżowe 1szt, melon 100g, mix siałt z oliwy virgin 5g	en 2263,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NK1 25,5 g B1 30,9 g sól 4,7 g cukry 84,1 g

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Mleko na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, szejtkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabolko 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, kaszka Krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany pulpec indycki w sosie wliannym 60g, herbatki 150g, mix wazow na porze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sialni z oliwa virgin 5g</p>	<p>en 2419,6 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</p>
<p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p style="text-align: center;">Wskaz składników aktywnych: w jajoospisie w dn. 30.04.1 Mleko (paczenie z laktozą) – makiem na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziołowy, herbatki, szejtkowa, ser Hochland Zioba zawierające gluten – ziupa miedzna, pieczywo, ziupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpec indycki, kawa zbozowa, kawa zbozowa z makiem, szejtkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska, kasza pszczak Ser – ziupy obiadowe – wafle ryżowe, szejtkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska Sól i produkty pochodne – wafle ryżowe, szejtkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska Gorczyca, szejtkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska Jaja – herbatki, kotlet mielony, pulpec, jajo gotowane Ryby – pasta twarogowo-rybna</p>					

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 09.01.2025

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 5g, kiełbasa parówkowa 100g, camembert 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzyna 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczno-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9kcal, B 98,9 g T 116,7 g W 373,7 g NKT 37,8 g Bj 29,9 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 chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 356,7 g NKT 31,2 g Bj 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, polędwica sopočka 30g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa chlopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 99,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bj 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, polędwica sopočka 50g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzyna 250g, gruska 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. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, polędwica 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 Bj 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, kralowska 20g	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniak 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż./z cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/sól - jajko gotowane 1 szt., kefir 1 szt. (kompot 70g, liść sałaty)	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bj 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., abuz 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica 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 Bj 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g

bezglutenowa	Ryz 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, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, jabłko 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 Bj 29,8 g sól 4,1 g cukry 95,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 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, szczeniaka 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, polędwica 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 Bj 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wartości odżywczych:

en – wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie Czwartek 1

Mleko (zaznaczyć laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truszkawko-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek wiejski, camembert, polędwica drobiowa

Zboża zawierające gluten – kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, chlopska, fasoliowa, schab w sosie brokułowym, makaron z sosem truszkawko-serowym

Seler – zupa fasoliowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Gończyca – zupa fasoliowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Jajło – jajło gotowane

Soja – przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 10.01.2025

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 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat. Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal, B 86,3 g T 93,5 g W 471,3 g NKT 34 g Bt 32,7 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 1 szt., 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 marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg żółty 70g, dzemi 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 571,2 g NKT 27,5 g Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkat. Hochland 1 szt., dzemi 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 185,5 g NKT 17,1 g Bt 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 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 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka 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	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat. Hochland 2 szt., dzemi 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g Bt 33,9 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg żółty 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa w/ soli kureczka gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bt 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 1 szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 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 1 szt., chleb zw. 60g, twaróg żółty 70g, dzemi 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 Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 85,2 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.</p>	<p>en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g Bf 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., papryka 50g</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg zielony 70g, dżem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g Bf 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>
<p>en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bf - błonnik sól - sól cukry - cukry</p>						
<p>Wskaz składników alergicznych: wjadłospisje w dn. piątek 1 Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa ośladowa, kalafiorowa, szczawiorowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser hochland, twaróg zielony, ser żółty Zboża zawierające gluten - szczawiorowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony/dorsz na parze w sosie, biskopki, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, Seler- zupa kalafiorowa, szczawiorowa, szynkowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy Jajo – jajo got., biskopki, pasta jajeczna, dorsz w jajku Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tunczykiem</p>						

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 11.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, serbiałowa 50g, ser Hoehland 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 żółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb aw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, camembert 30g, sur. z marchewki 70g, pomarańcza 100g	en 2183,3 kcal, B 92,2 g T 84,8 g W 293,4 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, serbiałki 1 szt., pasztec 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 mlekem 2%, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, pomarańcza 100g	en 2278,6kcal, 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
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, polewana drożdżowa 30g, pasztec 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, miod 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, 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
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb aw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hoehland 2 pl., polewana drożdżowa 30g, pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, miod 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2%, chleb aw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 11,5g, 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, serbiałki 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g)	sok wiśniowoczerwony 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa żółta 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 oliwą 70g, liść salaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1szt., serbiałki miodowy 1szt., pasztec 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 mlekem 2% 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus 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
bezglutenowa	Ryz 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	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, galuska mierna indycza 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałecik z ziołami 4 szt., mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, pomarańcza 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

<p>przy miedokwistościach</p>	<p>Platki owsiane na mleku 2% 230ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb owsy 90g mix tl 15g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, hiełki sałaty</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowane marchewka 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, pomarańcza 100g</p>	<p>en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g Bt 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,5 g</p>
<p style="text-align: center;">Wykaz składników alergicznych w Jaldospisie w dn. Sobota 1</p> <p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtusty, serrek Hochland, Camembert, pasztecik Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa siałwiska Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik, Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztecik wp. Jajło i prod. pochodne – jajło</p>					

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 12.01.2025

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. 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony szalony wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszonej 150 g, kalerfor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bt 22,7 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, twarógzek 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 kapusty pekińskiej 120g, kalerfor z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 30g, polędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., ponacana 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfor gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, polędwica soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., ponacana 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalerfor z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, ogórek kiszony 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty kiszonej 120g, kalerfor gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, t. twarógzek 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 w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfor gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 22,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz 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 salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kaliafor gotowany 120g, ogórek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>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</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl. 15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapsuły pekkińskiej 150g, kaliafor z parzy 150g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kiełbas szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>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</p>	

Uznaczenia 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 alergicznych: w jadalospisie w dn. Niedziela 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten– kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biskopcy

Seler–zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, szynkowa, soppocka

Gorczyca– szynkowa, soppocka

Jajo—jajo gotowane, biskopcy, schabowy wp.