

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 13.05.2024

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: 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl: 15g, polędwica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w kapusie 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g, twarógzek ze szczyptą sernikiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 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 cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko gotowane 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 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 suwalski 50g, serkek 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 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 cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka miodna 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 suwalski 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 cytrynanem 30g, polędwica sopocka 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 polędwiczowa 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 13,7 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 cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka miodna 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 suwalski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal B 109,4 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, polędwica sopocka 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, surówka 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, twarógzek ze szczyptą sernikiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 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

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 14.05.2024

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. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik w p. 50g, gruszką 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażaną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcza 100 g	en 2417,8 kcal. B 106,9 g T 78,7 g W 349,0 g NKT 35,3 g bł 28,1 g sól 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, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik w p. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal. B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bł 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik w p. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 1230,9 kcal. B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bł 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., mix 82% 10g, jajo 1 szt., serek śmietany 30g, gruszką 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcza 100g	en 2459,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g bł 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
wrzodowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik w p. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2099,6 kcal. B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bł 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
niskosodowa	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik w p. 50g, gruszką 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażaną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcza 100g	en 2596,5 kcal. B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bł 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci starsze						
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik w p. 50g, ogórek kiszony 50g, rucola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwiński 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażaną 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 sałat	en 2451,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bł 34,8 g sól 5,51 g cukry 46,4 g

warzywowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, biało gotowanego jajka 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem bezsmietny 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, katalof gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., 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 1szt., schab gotowany 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekietniskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat, 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, jajko got. 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietanką 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g, katalof 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 niedokrwistościach	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g	chleb ryżowy 60g, mix tl. 10g, blok mierny 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekietniskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., 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 **ładłośnie w dn. wtorek 1:**

Mleko (raznie z laktacją) – ryż na mleku, zupa pomidorowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet

Zboża zawierające gluten - pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna

Seiter-zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,

Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,

Jajka-jajko, szynceł z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 15.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, mlika poszema 1szt, mix 4:15g, szynka 50g, ser Hoehland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smazony kiełki miodowy vp. 50g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na puree 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlikiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka poszema 1szt, mix 4:15g, pasta twarogowa rybną ze szczyptą soli 70g, ketchup karkowaska przozna 50g, banana 1 szt., mix salati z oliwą virgin 5g	en 2465,3 kcal, B 92,6 g T 83,9 g W 385,6 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 poszema 1szt, chleb zw. 60g, mix 4:10g, szynka 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 puree 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlikiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka poszema 1szt mix 4:10g, konserwa savińska 50g, twarozek z ziołami 70g, mix salati 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. 60g, mix 4:10g, szynka 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 puree 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlikiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, 82%10g, szynka z piepi: karczaska 50g, ketchup karkowaska przozna 50g, melon 100g, mix salati z oliwą virgin 5g	en 1240,9 Kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKt 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, masło 82% 10g, bułka poszema 1szt, szynka 50g, ser Hoehland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata: 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na puree 120g, kompot owocowy 200ml		Herbata z cukrem 200ml, bułka poszema 1 szt., masło 82%10g, szynka z piepi: karczaska 50g, ketchup karkowaska przozna 50g, melon 100g, mix salati 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 99,1 g
wzrostowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka poszema 1szt, chleb zw. 60g, mix 4:10g, szynka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na puree 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlikiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka poszema 1szt, mix 4:10g, jajo got. 1 szt., twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix salati 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
niskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka poszema 1szt, mix 4:10g, ser biały, polski 70g, pasta z karczaska gotowanego 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Jak, lekkostrawna bez soli		Kawa zbozowa z mlikiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka poszema 1szt, masło 82% 10g, szynka z piepi: karczaska 50g, ketchup karkowaska przozna 50g, melon 100g, mix salati z oliwą virgin 5g	en 2869,5 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
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka poszema 1szt, masło 82% 15g, szynka 50g, ser Hoehland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata: 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smazony kiełki miodowy vp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na puree 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sól owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z mlikiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka poszema 1szt, masło 82% 10g, szynka z piepi: karczaska 50g, ketchup karkowaska przozna 50g, melon 100g, mix salati 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 95,2 g
ciężkostrawna	kawa zbozowa bez cukru 300ml, chleb razowy 100g, mix 4:10g, szynka 50g, ser biały 70g, (cukrzykowi dać: pasta z karczaska got. 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, listy salaty	kalafior gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na puree 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sól pomidrowy 150 ml	Kawa zboz, b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix 4:10g, konserwa savińska 50g, twarozek z ziołami 70g, cukierywna biały- jajo gotowane 1szt, ogorek 70g, mix salati z oliwą virgin 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
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka poszema 1szt, chleb zw. 60g, szynka 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 puree 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlikiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka poszema 1szt., konserwa savińska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix salati 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

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku odtłuszczonym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło orzechowe 90g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt. + chrupki kukurydziane 10g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, bułeczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zbiaż 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, jajo got. 1 szt., deser jogowy 1 szt., miód 100g, mix siałek z oliwy virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 60,1 g T 41,6 g W 179,9 g NKT 12,4 g Bf 14,6 g sól 3,9 g cukry 52,9 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser białki pechynowy 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smakiem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyjski bez sosu 60g, bułeczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., twarożek ziołowy 50g, waflle ryżowe 4szt, miód 100g, mix siałek z oliwy virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g Bf 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z odtłuszczeniem 200ml, chleb ps. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser twardy 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, bułeczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, miód 100g, mix siałek z oliwy virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g Bf 29,5 g sól 5,9 g cukry 93,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wskaz składników alternatywnych: w. jadalopisnie w. dn. środa 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziołowy, herbantki, szynkowa, ser Hochland
 Zboża zawierające gluten - zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z miodkiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak
 Ser - zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, / szynkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Gorczyca - / szynkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Jaja – herbantki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane
 Ryby- pasta twarogowo-rybna
 Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 16.05.2024

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 15g, kebabna parowatowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i herzną piezrynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./ z mlekem 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 2787,4 kcal B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g Bt 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 mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica 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 Bt 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 mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica soppoka 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, sernka z piersi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g Bt 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wrzodowa	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 mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g Bt 28 g sól 4,8 g cukry 90,6 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, szałb gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./ z mlekem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)1,5g, polędwica soppoka 50g, 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, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż./ z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, sernka z piersi 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 Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

ciukrzycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., ciukrzycowa b/soli - eschb gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść salaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., ciukrzycowa b/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88,6 g W 330 g NKT 27,3 g Hl 25,5 g sól 4,6 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 salaty		Chlopska bez smietany 300ml, makaron z serem truskawkowo-warogowym 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 salaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Hl 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml + jablko 1 szt.	Chlopska bez smietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszonej 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 salaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g Hl 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, walec ryżowy 4szt., mix tl. 10g, jajo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g Hl 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb żyty 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchną 250g, gruska 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 salaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g Hl 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 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 alegergenydn: w jaldospisie Czwartek 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl.; masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z serem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serrek

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, makaron z serem truskawkowo-serowym

Seler- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Gotycza- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Jajo—jajo gotowane

Soja- przysmak suwalski, kiełbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser sojowy

Sezam- hummus

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 17.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Zienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., 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 kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, ser troljak Hochland 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2768,5 kcal, B 105,3 g T 102,7 g W 387,7 g NKt 34 g Bt 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 marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKt 27,5 g Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
palpkowata	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 mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 357,3 g NKt 27,5 g Bt 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	Galaretka owocowa 200g	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 troljak Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKt 17,1 g Bt 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wzrostowa	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	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 359,3 g NKt 27,6 g Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
miskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziółowy 70g, schab gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKt 27,5 g Bt 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	Galaretka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser troljak Hochland 2 szt., dzem 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 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

<p>cukrzykowa</p>	<p>Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix salat 5 g</p>	<p>Kefir 1 szt.</p>	<p>Kalafiorowa bez smietany 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</p>	<p>Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb twardożek ziolowy 70g, sałatka z tunczyskiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli kurczak gotowany 50g)</p>	<p>en 2306, 7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bj 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g</p>
<p>wątrobowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., jajko 2, jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jablko gotowane 1 szt., mix salat 5 g</p>		<p>Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, twardożek ziolowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczyskiem 100g, liść sałaty</p>	<p>en 2327, 7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g Bj 30,2 g sól 4,9 g cukry 56,2 g</p>
<p>bezmleczna/ dzieci bm</p>	<p>Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1 szt., hummus 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml + gruska 1 szt.</p>	<p>Kalafiorowa bez smietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Chrupki kukurydziane 19g</p>	<p>Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 1183, 5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g Bj 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g</p>
<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz 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 salat 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>Waflle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 2210, 4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g Bj 29,6 g sól 4,5 g cukry 86,8 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajo got. 1szt., 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, twardożek ziolowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczyskiem 100g, liść sałaty</p>	<p>en 2566, 6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g Bj 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>

Wskaz składników alegergenych: wjadospisie w dn. piątek 1.
Mleko (głownie z laktozaj) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawionowa, mix tl, masło 82%, kawa z mlekem, ser topiony, ser biały, ser hochland, twardożek ziolowy, ser zółty
Zboża zawierające gluten- szczawionowa, kalifiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony/dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekem, szynkowa,
Ser – zupa kalafiorowa, szczawionowa, szynkowa
Sól i produkty pochodne – waflle ryżowe, deser sojowy
Jajo – jajo got., biszkopty, pasta jajeczna, dorsz w jajku
Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tunczyskiem
Orzechy – masło orzechowe Szarn- hummus

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
Bj – białnik
sól – sól
cukry – cukry

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, sernikowa 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 zdtła 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajko 1 szt., krakerska 30 g, canembert 30g, ser z marchewki 70g, pomarańcze 100g	<p>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</p> <p>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</p>
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serdeczek 1 szt., pasztecik 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 zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	<p>en 2228,6kcal, 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</p>
paplowata	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, serdeczek mielony 1 szt., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	<p>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 3,0 g cukry 89,5 g</p>
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy, 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, pasztecik 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, mielon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zdtła 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakerska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	<p>en 2270,1kcal, 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</p>
wrzodowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serdeczek mielony 1 szt., pasztecik 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 marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	<p>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</p>
niekwasotowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., sechb gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, fiol kurczecy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	<p>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</p>
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, mielon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zdtła 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) tl. 15g, krakerska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	<p>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</p>

<p>cukrzykowa</p> <p>Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, serdelski 1 szt., pasztecik 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., scharb gotowany 50g)</p>	<p>soś wielonarzynowy 130 ml</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana faszka szparagowa 20ta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml</p>	<p>Kefir 150ml</p>	<p>Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty</p>	<p>en 2158,6 kcal, 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</p>
<p>wątrbowa</p> <p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelski mielony 1szt., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g</p>		<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml</p>	<p>Sek owocowy 150 ml</p>	<p>Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.</p>	<p>en 2171,6 kcal, 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</p>
<p>dzieci bezmleczna</p> <p>Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., dżem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>Chrupki kukurydziane 16g + miodn 100g</p>	<p>Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml</p>	<p>Sek owocowy 150 ml</p>	<p>Kawa zboż. z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., jabłko 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, miodn 100g</p>	<p>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</p>
<p>berglietowa</p> <p>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb berglietowy 90g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., scharb gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek</p>	<p>Chrupki kukurydziane 16g</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, galina mielona indycka 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sek owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, waflle ryżowe 4 szt., mix tl. 10g, Hielc kurczowy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miodn 100g</p>	<p>en 2108,6 kcal, 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>
<p>przy niedokrwistościach</p> <p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix tl. 15g, bułka pszenna 1szt., ser mkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jajo 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, ser biał. 50g, liść sałaty</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml</p>		<p>Kawa zboż. z mlekiem 2%, 1 cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miodn 100g</p>	<p>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</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alejrennych w Jaldospisie w dn. Sobota 1

Mleko (gęźnie z laktoz) – płatki owsiane na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek Hochland, camembert, pasztecik
Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelski, krakowska, kawa zbożowa, konserwa szałwiasta, pasta warzywna
Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelski, krakowska, pasztecik, pasta warzywna
Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelski, krakowska, pasztecik wp., deser sojowy
Gorczyca- serdelski, krakowska, szynkowa, pasztecik wp.
Jajo i prod. pochodne – jajo

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 19.05.2024 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 tl.15g, twarozek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, dzem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 150g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśy kiszonej 150 g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 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 Bt 22,8 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, kalfior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.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 Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
paplowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalfior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.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 Bt 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, twarozek ze śmietaną,cukrem i cytrynowym 30g, polędwica sopočka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafile ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalfior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 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 Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kalfior gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty20g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.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 Bt 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
niskosolowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, 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

	dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cyrnanonem 70g, polredwica sopočka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	wafle ryzowe 2 szt., pomaranca 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml	Biskopki 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboz z mliekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser zohy 50g, lisc salaty, 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
	cultrykowa	Kawa zbozowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z papryka i ziolami 70g, sopočka 50g, lisc salaty, ogorek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty kiszonej 120g, kalfior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, kiebasa 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
	watrowowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 90g, t twarozek ze smietana, cukrem i cyrnanonem 70g, sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., lisc salaty		Zupa z zielonego groszku b'sm 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kalfior gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboz z mliekiem 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
	dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roslinny 200 ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, maslo orzechowe 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml, pomaranca 100g	Zemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalfior gotowany 120g, ogorek w sosie ziolowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryzowe 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
	bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cyrnanonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml			Kawa zboz z mliekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa 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
	przy niedokrwistosciach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarozek ze smietana, cukrem i cyrnanonem 70g, sopočka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml			

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

b1 - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadalospisie w dn. Niedziela 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix ti, 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, sopocka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

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

Gorzyczka- szynkowa, sopocka

Jajło – jajło gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sezam – hummus

Orzechy – masło orzechowe