

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 17.02.2025

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:30g, bułka pszenna 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl:15g, polewica sopočka 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 kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g, twaróg ze szczyptą soku 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 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 cytrymonem i cukrem 70g, polewica sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka 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 suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 371,7 g NKT 27,15 g bł 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 cytrymonem i cytrymonem 30g, polewica sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82%, 10g, szynka 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 bł 15,7 g sól 2,8 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82%15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g twaróg ze szczyptą soku 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 bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
cukrzycowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl: 10g, polewica sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzy bś-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl:10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt.; cukrzy bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bł 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bł 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Rż na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl:10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl:10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1 szt mły 115g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajko got. 1szt., papryka 50g	Baraszc zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokoli na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt, mix tl 15g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bi 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g
przy niedokrwistościach						

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bi – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jodlospisie w dn. Poniedziałek 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabielany, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z mleklem, twarożek szczypiorom i cebulą, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty

Zboża zawierające gluten–kasza manna na mleku-, pieczywo-, barszcz zabielany, kawa zbożowa z mleklem-, kiełbasa wieprzowa-, polędwica sopocka-, szynka polędwicowa-, przysmak suwański, , kawa- zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabielany, wedliny: polędwica sopocka, przysmak suwański , kielb. suwańska, szynka polędwicowa

Soja i produkty pochodne – waflę ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa

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

Jajła- jajo gotowane

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.02.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kasza grykowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajo 1 szt., twarog 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszonej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 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 bł 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 1 szt., mix tl. 10g, kasza grykowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., twarog 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 1szt, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bł 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb pszenna 1szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., serek gotowany 50g, gruszka 1 szt., twarog 5g	Chrupki kukurudziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, 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, pomarańcz 100g	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 starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1szt, kasza grykowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszka 1 szt., twarog 5g	Chrupki kukurudziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszonej kapusty z zurawiną 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 1szt, masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt, kasza grykowa 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek kiszony 50g, twarog 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszonej kapusty z zurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bł 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., kasza grykowa 50g, pasztecik wp. 50g, bułka gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., twarog 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, kasza grykowa 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bł 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, serek gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., twarog 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 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, serek 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 bł 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

					en 2489, 7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bł 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt, miks tl 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, , jajo 1 szt., bism 1 szt., masło 5g	chleb razowy 60g, miks 50g, opódek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet łososiowy 60g, w sosie koperkowym, sur z karp, pikietkioj 150g, miodową gotowaną na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, miks tl 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, opódek 70g, miks sałat	
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bł – błonnik sól – sól cukry - cukry					
Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. wtorek 1: Mleko (łącznie z laktozą) – ryż, na mleku, zupa pomidorowa, miks 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 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					

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 19.02.2025

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, bułka pszenna 1szt, mix 15g, sernikowa 50g, ser Hoiland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogorkowa 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpek kiedzi miodowy vp, 90g, sur z białej kapusty z muretwką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, pasta twarogowa-yogurt ze szczypiorkiem 70g, kebabusa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix salati z oliwą virgin 5g	en 2376,1 kcal, B 89,9 g T 83,1 g W 357,0 g NKT 31,2 g Bt 20,9 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix tl 10g, sernikowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzaka 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, konserwa savielska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, 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
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt, sernikowa 50g, ser Hoiland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza perzaka 160g, gotowany pulpek miodowy 60g w sosie w tawrim, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt, masło 82 %10g - sernik z ciasta kawa 50g, kebabusa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix salati z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 185,7 g NKT 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, sernikowa 50g, ser Hoiland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogorkowa 300ml, kasza perzaka 200g, smazony kiedzi miodowy vp, 90g, sur z białej kapusty z muretwką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl 15g, sernik z piersi kurczaka 50g, kebabusa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix salati z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 86,4 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
cukrzycowa	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, sernikowa 50g, ser biały 70g, (cukrzycowa kiedzi-pasta z kurczaka 60g, 50g - ser biały 70g) pomidor 70g, lase salaty	kalafior gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza perzaka 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z muretwką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz. be 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa savielska 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzycowa biskvit- jogi gotowane 1szt, ogorek 70g, 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 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, sernikowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzaka 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa savielska 50g, twarożek 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
bezglutenowa	Riz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały polifakt 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek miodowy bęglit bez soli 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl 10g, jogi 60g, 1 szt, twarożek ziołowy 50g, wałde rzasze 4szt, melon 100g, mix salati z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

					en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g H 29,5 g sód 5,8 g cukry 93,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleko 250ml, Jawa Zbożowa z cukrem 200ml, chleb ps. 90g, bułki pszenne 1szt., mix tl. 15g, szynkowy 80g, ser biały 70g, porzecz 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza perłak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buczek 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb ps. 90g, bułka pszena 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z żółtym 70g, miód 100g, mix siałek z oliwą virgin 5g	
Wykaz składników alergennych: w. jadalospisze w dn. środa 1 Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twaróg żółty, herbatniki, szynkowa, ser Hochland Zboża zawierające gluten – zupa mączna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza perłak Seler – zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska Gorczyca – szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajko gotowane Ryby – pasta twarogowo-rybna					

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 20.02.2025

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 1szl., mix tl 15g, kiełbasa parówkowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szl, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szl., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9kcal, B 98,9 g T 116,7 g W 373,7 g NKt 37,8 g bł 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 1szl., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, przysmak suwałski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKt 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopocka 30g, serek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	Cissto drożdżowe 50g, jabłko 1 szl.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szl., masło (82%)10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKt 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., masłko (82%)6l 15g)polędwica sopocka 50g,serek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	Cissto drożdżowe 50g, jabłko 1 szl.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szl, kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szl.	Kawa zboż. z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., 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 bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa blc 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl, cukrzycowa b.sól - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 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 suwałski 50g, kefir 1 szl., (cukrzycowa b.sól - jajo gotowane 1 szl., kefir 1 szl,)pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKt 27,3 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl., arbuz 100g, liść sałaty		Chłopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., przysmak suwałski 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 bł 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbatna 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 kiszoną kapuszą 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajko 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 Bt 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, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 30g	Chłopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zy 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 Bt 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

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jadalniście Czwartek 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-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, chłopska, fasolowa, schab w sosie brokurowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

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

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

Jajko–Jajko gotowane

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

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 21.02.2025

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 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 kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot. owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal, B 86,3 g T 93,5 g W 57,3 g NKT 34,9 bł 32,7 g sól 5,5 g cukry 67,8 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		Kalaflorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalaflor na parze 120g, kompot. owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twarógzek zielony 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 567,2 g NKT 27,5 g bł 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 1szt., pasta jęczmna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt.,jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretk owocowa 200g	Kalaflorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalaflor na parze 120g, kompot. owocowy 200ml	Biskopiy 15g, gruszką 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt 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 bł 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 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt.,jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretk owocowa 200g, gruszką 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	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 1207,9 T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g bł 39,9 sól 4,8 g cukry 94,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Keft 1 szt.	Kalaflorowa 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, twarógzek zielony 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g bł 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt.,jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalaflorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalaflor na parze 120g, kompot. owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, twarógzek zielony 70g, dzem 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 bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

							en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sol 4,5 g cukry 88,8 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2%, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g , sur. z marchewki 120g, kaliflor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl.10g, masło orzechowe 50g, sernik gotowany 50g, liść salaty, dżem 1 szt.		
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, jajo gotowane 1szt., ser białý 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g., mix tl.10g, jajo got 1szt., papryka 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kaliflor na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, twarożek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść salaty		en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bi 32,1 g sol 4,9 g cukry 89,1 g

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 22.02.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, ser żółty 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 z olią 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.30g, chleb razowy 50g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo 1 szt., krakowska 50 g, ciemniak 30g, sur z marchewi 70g, pomarańcza 100g	en 2183,3 Kcal, B 92,2 g T 84,8 g W 299,4 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser żółty 1szt., 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 mlektem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, pomarańcza 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5g NKT 27,8 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
dzietci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polewka drożdżowa 50g, pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurudziane 16g, miod 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z olią 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 13,3 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzietci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hochland 2 pl., polewka drożdżowa 50g, pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurudziane 30g, miod 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z olią 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlektem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl.15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2430,1 Kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33,3 g sól 5,4 g cukry 109 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, ser żółty 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, cukrzy, bś, jajo got. 1 szt., serniak gotowany 50g)	sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g., gotowana fasolka szparagowa z olią 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel bś 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 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	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., ser żółty 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 mlektem 2% 200ml, chleb zw. 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	Rz z na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.0g, jajo got. 1 szt., serniak gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurudziane 16g	Ziemiakczana 300ml, ziemniaki 200g, gałka mięsna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałec ryżowy 4 szt., mix tl.10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, pomarańcza 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 302,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 96,4 g

przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb żytychy90g, mix tl 13g, bułka pszenna 1sz., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl.,jablko 1 sz., ogorek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść salny	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboz z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1sz., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, pomarańcza 100g	en 2474,1 kcal, B 909 g T 774 g W 318,6 g NKT 27,1 g bi 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sól – sól cukry - cukry Wskaz składników alergicznych w „Jadłospisie w dn. Sobota 1” Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tt., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztet Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem , szynkowa,paszet, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska Seler- rosół z makaronem, szynkowa,serdelek, krakowska, pasztet Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet wp. Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp. Jajło i prod. pochodne— jajło					

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 23.02.2025

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, sopocka 50g, liść salaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszonej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść salaty, 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 zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, sopocka 50g, jablko 1szt, liść salaty	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kaliafor z pary 120g, kisiel 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g 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 cytrymonem 30g, polędwica sopocka 30g, jablko 1 szt, liść salaty	wafe ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza gryczana 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopcy 15g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść salaty, 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 cytrymonem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt, liść salaty	wafe ryżowe 2 szt.,pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopcy 30g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść 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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść salaty, 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, kaliafor gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, kiełbasa 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
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, t twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, sopocka mielona 50g, jablko gotowane 1szt, liść salaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł. 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśty pekńskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g mix tł. 15g, kiełbasa 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 bł 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g