PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 25.11.2024

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 tł.15g, polędwica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabielany 300ml,ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, twarożek ze szczypiorkiem i cebulą 70g, szynka polędwicowa 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 tł.10g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g,jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabielany 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 tł. 10g, przysmak suwalski 50g, serek 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
dzieci do lat 3	kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cynamonem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabielany 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 polędwicowa 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, polędwica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabielany 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 tł. 15g twarożek ze szczypiorkiem i cebulą 70g, szynka polędwicowa 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. bz cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyc b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g , schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tł.10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt.; cukrzyc.bez soli - filet kurczęcy 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 cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liśc salaty		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 suwalski 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł.10g, ser biały z cynamonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabielany 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 tł.10g, filet kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

	przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt mix tł15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g,jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tł.10g, jajko got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g , schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bł 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabielany, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożekze szczypiorem 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 mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, , kawa zbożowa, schab duszony w sosi pomidorowym
Seler- barszcz zabielany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski , kiełb. suwalska,szynka polędwicowa
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski , kiełb. suwalska,szynka polędwicowa
Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski , kiełb. suwalska,szynka polędwicowa
Jaja- jajo gotowane

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 26.11.2024

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 1szt.,mix tł. 15g,jajo gotowane 1szt.,kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g , gruszka 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszonej kapusty z żurawiną 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 tł. 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	Ryż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g , jajo 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt. mix tł.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
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 82% 10g, jajo 1 szuka, schab gotowany 30g, gruszka 1 szt, rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczęcy 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	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1szt.,kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g , gruszka 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszonej kapusty z żurawiną 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
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1szt.,kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g , ogórek kiszony 50g., rucola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.pekińskiej 120g,sur. z kiszonej kapusty z żurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.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 551 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g , białko gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.zmlekiem 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 bł 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml,chleb bezglutenowy 90g, mix tł.10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczęcy 60g , kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt. mix tł. 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 bł 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

	przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa.200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt.mix. tł. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g , jajo 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	chleb razowy 60g, mix tł.10g, blok mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczęcy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix. tł 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 bł 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
bł – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – ryz na mleku, zupa pomidorowa mix tł., 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, szyncel z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.11.2024

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 1szt, mix tł.15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smażony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, pasta twarogowa-rybna ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2376,1 kcal, B 89,9 g T 83,1 g W 357,0 g NKT 31,2 g bł 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 tł.10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż.z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt. mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g bł 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., szynkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyczy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, szynka z piersi kurczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 30g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKT 14,1 g bł 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% 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smażony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tł. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKT 31,2 g bł 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzycowa	kawa zbożowa .bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, szynkowa 50g, ser biały 70g, (cukrzycowa b/soli-pasta z kurczaka got. 50g , ser biały 70g) pomidor 70g, liść sałaty	kalafior gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g,sur. z białej kapusty z marchewką i porem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzycowa b/soli- jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKT 28,4 g bł 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż.z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKT 28 g bł 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml,chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyczy b/glut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tł.10g, jajo got.1 szt, twarożek ziołowy 50g, wafle ryżowe 4szt, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g bł 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

	przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa.z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g., mix tł.10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g,konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g bł 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. środa 1

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tł., masło 82%., kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland
Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyczy , kawa zbożowa, kawa zbożówa z mlekiem,szynkowa,kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak
Seler- zupy obiadowa; 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, jajo gotowane
Ryby- pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.11.2024

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 tł 15g, kiełbasa parówkowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt.,kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt. mix tł.15g, jajko gotowane 1 szt., 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 1szt., mix tł 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, przysmak suwalski 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 szt,pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drozdzowe 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, szynka z piersi 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 1szt., masłko (82%tl.15g)polędwica sopocka 50g,serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drozdzowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt.,kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt. mix tł.15g, szynka 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 bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt.cukrzycowa b/soli - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmiatany 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 tł.10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., (cukrzycowa b/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt.)pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa.200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty		Chłopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak 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 bł 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g

	bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł.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 kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g,jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bł 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
	przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	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 zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.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 bł 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
bł – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tł., 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 zbożówa z mlekiem, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, chłopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, 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

Jajo—jajo gotowane

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

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.11.2024

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 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 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 371,3 g NKT 34 g bł 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 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twarożek ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g 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 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, , gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g 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	Galaretka owocowa 200g, gruszka 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 2 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g bł 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jeczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszonej 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, twarożek ziołowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzycowa 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		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, twarożek ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

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

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa; kalafiorowa, szczawiowa, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarożek ziołowy, ser żółty
Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalfiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony,dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa,
Seler- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, deser sojowy
Jajo—jajo got. biszkopty, pasta jajeczna, dorsz w jajku
Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tuńczykiem

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.11.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl.,jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml,ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziolami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, jajko 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	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, serdelek1szt, pasztet 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 mlekiem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, pomarańcza 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, pasztet 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziolami 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	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, pasztet 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml,ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziolami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż.z mlekiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tł.15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, serdelek 1 szt., pasztet 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s. jajo got. 1 szt, schab gotowany 50g)	sok wielowarzywny 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 olejem 70g, liść sałaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., serdelek mielony 1szt, pasztet 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł10g, jajo got. 1 szt, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gałka mięsna indycza 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tł.10g, filet kurczęcy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 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

	przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g mix tł.15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl.,jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g., mix tł.10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, pomarańcza 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

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

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tł., 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,pasztet, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny; serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska
Seler- rosół z makaronem, szynkowa,serdelek, krakowska, pasztet
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet wp.
Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp.
Jajo i prod. pochodne— jajo

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 01.12.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g., mix tł.15g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liśc sałaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g , sur. z kapusty kiszonej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g bł 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, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopocka 50g, jabłko 1szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g , sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior 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 bł 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, twarożek ze śmietaną,cukrem i cynamonem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior 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 bł 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, twarożek ze śmietaną,cukrem i cynamonem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt.,pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g , sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior 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 drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g bł 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liśc sałaty, ogórek kiszony 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczminna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g., sur. z kapusty kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż.bez cukru 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 bł 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, t twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, , filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g bł 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 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 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 zbożowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopocka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g , sur. z kapusty pekińskiej 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

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 jadłospisie w dn. Niedziela 1 :

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożówa z mlekeim , 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
Gorczyca- szynkowa, sopocka
Jajo—jajo gotowane, biszkopty, schabowy wp.