

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 20.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 50g, bułka pszenna 1szt., bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzonek ze szczyptochmem i cebulą 70g, przysmak suwalski 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 bl 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 cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jablko 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 mlekem 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 99,2 g W 317,1 g NKT 27,15 g bl 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 cytrynowym 30g, polewka sopočka 30g, jablko 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, sznka polewka 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 bl 15,7 g sól 2,8 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82%, 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jablko 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 mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g warzonek ze szczyptochmem i cebulą 70g, sznka polewka 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 bl 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyc bis-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyc bez soli - filet kurczak 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 bl 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 cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka miodna 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony miodny 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak 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 bl 28,7 g sól 5,5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jablko 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, waffle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, filet kurczak 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 bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, bułka psz: 1szt, mix tl 15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajko got: 1szt., papryka 50g</p>	<p>Barzcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mleksem 2% 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszczema 1szt, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, serrek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty</p>	<p>en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bj 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g</p>
<p>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabielany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mleksem, twarożek szczypiorem i cebulą, serrek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabielany, kawa zbożowa z mleksem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabielany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Gorzyczka- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Jajka- jajko gotowane</p> <p>bi – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – bionnik sól – sól cukry - cukry</p>						

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 21.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., mix tk. 15g, jajko gotowane 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, gruszkę 1 szt., niocha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszony kapuś z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., mix tk. 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 zrzozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., mix tk. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., niocha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskię 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., mix tk. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	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 zrzozowa z cukrem 200ml, bułka pszczanna 1szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., szał. szał. gotowany 50g, gruszkę 1 szt., niocha 5g	Chrupki kukurydziane 10g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczecy 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 pszczanna 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 zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., masło 82% 15g, jajko gotowane 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, gruszkę 1 szt., niocha 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszony kapuś z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 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 zrzozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tk. 10g, jajko gotowane 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, ogórek kiszony 50g, niocha 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskię 120g, sur. z kiszony kapuś z zurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tk. 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 5,1 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, biało gotowanego jajo 1 szt., banan 1 szt., niocha 5g		Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszczanna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, mleśna 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 tk. 10g, szał. gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., niocha 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczecy 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tk. 10g, ser biały 70g, szał. 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

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt. min. d. 15g, kiłbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., tuńczyk 5g</p>	<p>chleb razowy 60g, mix 100g, blok miodowy 50g, opłatek 30g</p>	<p>Pomidory z makiem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet barany 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. polskimi 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., min. d. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, opłatek 70g, mix siałki</p>	<p>en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bj 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en – wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p>Wykaz składników alergicznych: w. JADOSPISIE w dn. wtorek 1.: Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix t., masło 82%, kawa z młkiem, pasta twarogowo-CHANOWA, ser biały, pasztet ZBOŻA ZAWIERAJĄCE GLUTEN- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z młkiem, kiłbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna</p> <p>Seler- zupa pomidorowa, kiłbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiłbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa Gorczyca- kiłbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Jajka- jajko, szynka z kurczaka</p>					

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 22.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, sorkowa 50g, ser Hochland 2 pl, dżem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Zupa ogólna 300ml, kasza pszczak 160g, smazony kofeł mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z mniszki i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasta warogowo-ryżowa ze szczyptkami 70g, ketchup krasnowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą 3g	en 2376,1 kcal, B 69,9 g T 83,1 g W 597,0 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 zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix tl 10g, sorkowa 50g, ser Hochland 2 pl, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, konserwa sarsalka 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą 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 zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., sorkowa 50g, ser Hochland 2 pl, dżem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herhania 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Herhania z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, sorkowa z plaster kurczaka 30g, ketchup karłowata parzona 30g, melon 100g, mix sałat z oliwą 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 188,7 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 zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, sorkowa 50g, ser Hochland 2 pl, dżem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herhania 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogólna 300ml, kasza pszczak 200g, smazony kofeł mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z mniszki i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl. 15g, sorkowa z plaster kurczaka 50g, ketchup karłowata parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 350,1 g NKt 31,2 g Bt 31,2 g sól 6,9 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, sorkowa 50g, ser białk 70g, (cukrzykowa białopasta z kurczaka 60g, 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, lise sałaty	kalifer gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z mniszki i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sarsalka 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzykowa biały jogurtowa 1szt, ogórek 70g, mix sałat z oliwą 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
węglowodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, sorkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., konserwa sarsalka 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2265,2 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	Ryż na mleku 250ml, herhania 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa z ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy białut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herhania 200ml, mix tl. 10g, jog. go. 1 szt, twarożak ziołowy 50g, wałde ryżowe 4szt, melon 100g, mix sałat z oliwą 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

<p>przy nieodkwasowanych</p>	<p>Makaron: na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukiern 200ml, ciast 200g, bułka pszenna 1szt, mix 1l 15g, sernikowa 50g, ser biały 70g, pendlar 70g, jufko 1 szt.</p>	<p>ciast 200g 80g, mix 1l 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry</p>	<p>Krowy z mlekiem 2%, rozbite 200ml, ciast 200g, bułka pszenna 1szt, mix 1l 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z żółtym 70g, makon 100g, mix sardel z oliwą 100g 2g</p>	<p>en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g Bt 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g</p>
--	---	--	--	--	--

Wskaz składników alergennych: w. jednospisnie w dn. środa 1

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarógek zielony, herbatańki, szynkowa, ser Hochland
Złozia zawierające gluten – zupa miedzna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony WP, pulpet indycki, kawa zbozowa, kawa zbozowa z makiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak
Seler – zupy obiadowa, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
Garczyca, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
Jaja – herbatańki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane
Ryby – pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 23.01.2025

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kiełbasa parowa 100g, ciemnobert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczone zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchna 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-ntarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9kcal, B 98,9 g T 116,7 g W 373,7 g NKT 37,8 g Bt 29,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek więksi 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%/10g, polędwica sopočka 30g, serek więksi 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczone zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchna 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%/10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%/61 15g), polędwica sopočka 50g, serek więksi 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczone zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchna 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa b/sól - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, Krakowska 20G	Zupa koperkowa bez smiatany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brkiolowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sól pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/sól - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bt 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., arbuż 100g, liść sałaty		Chłopska bez smiatany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 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 Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, schab gotowany 50g, Jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl.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 tl.15g, blok mielony 50g, serek większy 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl.10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgnka 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 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 jądłospisie, Czwartek 1

Mleko (zacznie 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

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

Seler- zupa fasolowa, chlopska, 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 24.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser 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 Bt 32,7 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałata 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg ziółowy 70g, dzem 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 Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałata 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	Biskopki 15g, gruszka 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 Bt 15,9 g sól 4,8 g cukry 50,5 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałata 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruszka 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	Biskopki 30g	Kawa zboż. z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt 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
kultrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałata 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, twaróg ziółowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzynowa 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 Bt 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., bułka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałata 5 g		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, twaróg ziółowy 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 Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2%, herbata 200g/ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., 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>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.</p>	<p>en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bj 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zbożowa z ciekrem 200ml, chleb zw. 50g, 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, twaróg żółty 70g, dżem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bj 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>	
<p>en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe bj - białek sól - sól cukry - cukry</p>						
<p>Wykaz składników alergennych: wjadospisie w dn. piątek 1 Mleko (raznie z laktazą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiorowa, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twaróg żółty, ser żółty Zboża zawierające gluten- szczawiorowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, Seler- zupa kalafiorowa, szczawiorowa, 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 tunczykiem</p>						

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 25.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser smółkowa 50g, ser Hochland 2 H, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jętko 1 szt., krakowska 50g, ser camembert 30g, ser, z miodem 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 tl. 10g, serduski 1szt., 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, 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, polskowica drożdżowa 30g, pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, mioda 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 80,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hochland 2, pl., polskowica drożdżowa 50g, pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, mioda 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, serduski 1 szt., pasztecik 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, cukrz. bia, jętko got. 1 szt., scharb 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 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., serduski miodowy 1szt., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jętko got. 1 szt., scharb gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, garbka mięsna indycka 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałecik 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 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g

<p>przy niekolokwistacjach</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb żyty 90g, mix 1L 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix 1L 10g, ser biały 50g, liść salaty</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane tudo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowane marchewka 120g, kasiel 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlskiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix 1L 13g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwką 70g, pomarańcza 100g</p>	<p>en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g b1 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,0 g</p>
<p style="text-align: center;">Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Sobota 1</p> <p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe b1 - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p>Mleko (raznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix ti, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztecik Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik wp. Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztecik wp. Jajło i prod. pochodne – jajło</p>					

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 26.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki kiszonej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKt 32,9 g Bt 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki pekińskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKt 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 30g, polędwiczka soppocka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.60g, kiełbasa szynkowa drobniowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKt 13,5 g Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tl.15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, polędwiczka soppocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki 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 tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKt 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
kultrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, ogórek kiszony 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKt 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrbowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, t. twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKt 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

<p>berglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cyanomonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., lisc salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g , kalafior gotowany 120g, ogorek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, schab wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bl 30,2 g sol 4,3 g cukry 72 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarozek ze smietana, cukrem i cyanomonem 70g, soppocka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur: z kapusty pekinijskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboz z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiehasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g bl 30,9 g sol 5 g cukry 75,3 g</p>	

UZNACZENIA WSKAZNIKOW ODZYWCZYCH:

en - wartosc energetyczna

B – bialko ogolem

T – tuszcz

W – weglogodany ogolem

NKT – nasycone kwasy tuszczowe

bl – bionnik

sol – sol

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, maslo 82%, kawa zbozowa z mlekem, twarozek z papryka i ziolami, twarozek ze smietana i cukrem, ser biały, ser zolty, kefir,

Zboza zawierajace gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosol z makaronem, kawa zbozowa,

szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biskopcy

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, szynkowa, soppocka

Gorczyca– szynkowa, soppocka

Jajo—jajo gotowane, biskopcy, schabowy wp.