

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 03.03.2025

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, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 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 tl. 10g, przysmak suwalski 50g, szczyptnikiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	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 cynamonem i cukrem 70g, polędwica polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokoli na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	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 cynamonem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokoli na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	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 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
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, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokoli 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 warzonek ze szczyptnikiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	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
cukrzykowa	Kawa zboż, bz. cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść salaty, cukrzyc b/a-schab got. 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokoli 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 kurczący, gotowany 50g, 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
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., liść salaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokoli 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 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
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem 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, brokoli na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	

przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, bułka psz. 1szl mix II 15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g,jabłko 1 szl., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix II 10g, jabłko got. 1szl., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2%,200ml, chleb zw:90g, bułka pszenina 1szl, mix II. 15g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szl., pomidor 70g, liść salaty	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
en - wartość energetyczna B — białko ogółem T — tłuszcz W — węglowodany ogółem NKT — nasycone kwasy tłuszczowe bi — błonnik sól — sól cukry - cukry <u>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1</u> Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogowe szczypiorem i cebula, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwański, , kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwański , kielb. suwańska, szynka polędwicowa Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwański , kielb. suwańska, szynka polędwicowa Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwański , kielb. suwańska, szynka polędwicowa Jajła- jajko gotowane					

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 04.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, 15g, olej gotowane 1szt., kisielas srozniowa 50g, paszet wpy. 50g, gruska 1 szt., nioala 5g		Pomidrowa z makaronem 300ml, smazony sznצל z kurczaka 50g, kasza jeczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurnawia 150g, kalfior na parze z pestkami slonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanova 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomaracz 100 g	en 2415,8 kcal, B 106,6 g T 78,7 g W 348,7 g NKT 35,3 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Rz. na mleku 2%250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, kisielas srozniowa 50g paszet wpy. 50g, japo 1 szt., banan 1 szt., nioala 5g		Pomidrowa z makaronem 300ml, kasza jeczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalfior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb aw.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	Rz. na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, miska posama 1szt., masło 82% 10g, japo 1 srozka, schab gotowany 30g, gruska 1 szt., nioala 5g	Chrupki kukurudziane 16g, banan 1 szt.	Pomidrowa z makaronem 200ml, kasza jeczmienna 100g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalfior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jablkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomaracz 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	Rz. na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, japo gotowane 1szt., kisielas srozniowa 50g, paszet wpy. 50g, gruska 1 szt., nioala 5g	Chrupki kukurudziane 30g, banan 1 szt.	Pomidrowa z makaronem 200ml, sznצל z kurczaka 90g, kasza jeczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurnawia 150g, kalfior na parze z pestkami slonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jablkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomaracz 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 zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, japo gotowane 1szt., kisielas srozniowa 50g, paszet wpy. 50g, ogórek kiszony 50g, nioala 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwakski 30g	Pomidrowa z makaronem 300ml, kasza jeczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekinskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurnawia 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboz. 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 5,1 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., kisielas srozniowa 50g, paszet wpy. 50g, bialko gotownego jaja 1 szt., banan 1 szt., nioala 5g		Pomidrowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jeczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalfior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 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	Rz. na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, japo got. 1 szt., banan 1 szt., nioala 5g	Wałe ryzowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczacy 60g, kalfior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałe ryzowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bł 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

przy miedokrwistościach	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb żyty 90g, bułka pszenna 1 sztuka, tł. 15g, kielbasa szynkowa 50g, pasztecik wp., 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miod 5g	chleb razowy 60g, miod gotowany 60g, w sosie koperkowym, ser, z tł. 10g, blok miśdowy 50g, opódek 50g	Pomidory z mianem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczak 60g, w sosie koperkowym, ser, z kapi, peklingi 150g, miodowa gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z miodem 2%, 200ml, chleb raz 90g, bułka pszenna 1 szt., miod, tł 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, opódek 70g, miod, sals	en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g Bt 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 Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry Wykaz składników alergicznych: w. jadalność w dn. wtorek 1: Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tł., masło 82%, kawa z miodem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztecik Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z miodem, kielbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna Seler- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kielbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa Gończya- kielbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, Jajka- jajko, szynka z kurczaka				

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 05.03.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix mł 15g, jajo gotowane 1 szt., ser żółty 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszką 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz.60g, bułka pszenna 1 szt., mix mł 15g, ser biały 70g, dżem 1szt, ser topiony 2 pl., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2521,3 kcal, B 92,3 g T 92 g W 309,3 g NKT 37,3 g bł 32,3 g sól 5,2 g cukry 96 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix mł 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Zupa jarzynowa 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix mł 10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2204,3 kcal, B 105,5 g T 74 g W 289,3 g NKT 27,1 g bł 26,3 g sól 4,8 g cukry 95,5 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, jajo gotowane 1 szt., ser żółty 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Zupa jarzynowa 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt masło (82%) 10g, ser biały 70g, dżem 1szt, ser topiony 2 pl., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1077,9 kcal, B 63,6 g T 48,6 g W 189,7 g NKT 13,5 g bł 15,6 g sól 4 g cukry 54,5 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, jajo gotowane 1 szt., ser żółty 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g , pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Zupa jarzynowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszką 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, ser biały 70g, dżem 1szt, ser topiony 2 pl., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2394,3 kcal, B 107,5 g T 75,2 g W 312,9 g NKT 29,5 g bł 26,6 g sól 5,4 g cukry 100,9 g
cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix mł 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, ogórek 70g, pomidor koktajlowy 10g	Sok pomidorowy 150 ml	Zupa jarzynowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dżesz w sosie własnym 60 g, sur z kiszanej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	wafle ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, ser biały 70g, kefir 1 szt, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2267,3 kcal, B 106,2 g T 73,1 g W 289,9 g NKT 28,1 g bł 26,3 g sól 4,9 g cukry 47,7 g
wątrobowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., biszko z 2 szt, jaj, ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Zupa jarzynowa bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2144,3 kcal, B 105,5 g T 64,1 g W 289 g NKT 26,8 g bł 26,3 g sól 4,7 g cukry 95,5 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix. tł.10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Waflę ryżowe 2szt.	Zupa jarzynowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 60g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur. z maclewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2014,3 kcal, B 100,6 g T 66,1 g W 282,9 g NKT 24,1 g bł 27,8 g sól 4,5 g cukry 98,7 g
	przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt,mix tł.15g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tł.10g, pasztecik warzywny 50g, ogórek 70g	Chłopska 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.90g, bułka pszenna 1szt. mix tł. 15g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2613,7 kcal, B 110,1 g T 91 g W 298,7 g NKT 26 g bł 37,1 g sól 4,9 g cukry 104 g

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktozą) –płatki owsiane na mleku, masło 82%, mix tł, kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, makaron z serem, zapiekanka ryżowa, kefir, twarógzek z cynamonem, zupa jarzynowa

Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, mies. mleczna, makaron z serem , dorsz w sosie własnym,

Seler- zupa jarzynowa, fasolowa

Soja i produkty pochodne –waflę ryżowe, deser sojowy

Jajko—jajko got.1 szt.

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 06.03.2025

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 tł 15g, kiełbasa parówkowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smazony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porcem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt. mix tł.15g, jajko gotowane 1 szt., półdewica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2564,7 kcal, B 87,5 g T 102,8 g W 283,7 g NKT 36,6 g bł 28 g sól 6,4 g cukry 72,6 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		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł 10g, przysmak suwałski 50g, półdewica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	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
						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 do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, półdewica sopocka 30g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyczy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka półdewicowa 30g, półdewica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	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
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)1,15g,półdewica sopocka 50g,serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smazony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porcem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, 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 półdewicowa 50g, półdewica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	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
cukrzycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, blok mielony 50g, Jogurt naturalny 1 szt,cukrzycowa b/sól - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g,sur. z białej kapusty z marchewką i porcem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, przysmak suwałski 50g, kefir 1 szt., (cukrzycowa b/sól -jajko gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	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
wątrobowowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		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 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwałski 50g, półdewica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	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, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyjski b/glut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	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 niedobrkwiśościach	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	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlektem 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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tł., masło 82% kawa z mlektem, mieszanka płynna, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, ogórkowa

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa inka z mlektem, mieszanka mleczna, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, polędwica sopocka, krupnik, pulpet indyjski, kotlet mielony, pęczak

Seler- zupa ogórkowa, krupnik, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

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

Jajło—jajło gotowane, pyzy ziemniaczane, kotlet mielony, pulpet indyjski

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

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 07.03.2025

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 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 trójkął 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 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, twaróg ziołowy 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, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalaflorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalaflor 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 trójkął Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKt 17,1 g Bt 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
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 trójkął 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
cukrzykowa	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.	Kalaflorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 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 z cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, twaróg ziołowy 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 367,3 g NKt 27,5 g Bt 28,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., biatka 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 1szt., chleb zw.60g, twaróg ziołowy 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

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix siałat 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 tl.10g, masło orzechowe 50g, szałib gotowany 50g, liść salaty, dżem 1 szt.	en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix siałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, jajko got. 1szt., papryśka 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 1 szt., mix tl.15g, twarożek ziołowy 70g, dżem 1 szt., siałatka 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 sól 4,9 g cukry 89,1 g

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 08.03.2025

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 tl.15g, ser.śmietankowy 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 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 5,5 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.śmietankowy 50g, pszyci 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 5,5 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, pszyci 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 150 ml	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 owoceowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owoceowy 1 szt.,	en 1359,6kcal, 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, pszyci 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 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 owoceowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)tl.15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, lise sałaty	en 2450,1 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, ser.śmiet 1 szt., pszyci 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, japo got., 1 szt., schab gotowany 50g)	sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa z olią 120g, ogórek kiszany 120g, kisiel błc 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g,masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, lise 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
wętrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., ser.śmietki miodowy 1szt, pszyci 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 owoceowy 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 na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 70g, mix tl.10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukur dziane 16g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, galuska miśna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owoceowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile rzynowe 4 szt., mix tl.10g, filet kurczec 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 żytki 90g mix tl 15g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść salaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowanym marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, pomarańcza 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 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 – bionnik sól – sól cukry - cukry					
Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Sobota 1. Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix T., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek 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 siałwaśka 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 09.03.2025

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, sopocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśty kiszonej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 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 tl 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g , sur. z kapuśty pekińskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g 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, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 30g, polędwica sopocka 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	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 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 tl. 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, polędwica sopocka 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 kapuśty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopcy 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopocka 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 kapuśty kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 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 twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopocka 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 młkiem 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bj 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 tl 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, soppoka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet karczowy 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 tl 15g, kielbasa 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 bj 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g

Uznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bj – bionnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych, w jadalospisze w dn. Niedziela 1:

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

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rośol z makaronem, kawa zbożowa,

szynkowa drobiowa, soppoka, schabowy wp, filet w sosie, biskopity

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppoka

Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, szynkowa, soppoka

Gorczyca- szynkowa, soppoka

Jajło—jajło gotowane, biskopity, schabowy wp.