

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 23.12.2024

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, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, ser biały z cyrnanonem 30g, polędwica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, ziem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliący 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g w kapsułce 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, twarogzek ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 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 bI 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 cyrnanonem i cukrem 70g, polędwica sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliący 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiśnięty 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 bI 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 cyrnanonem 30g, polędwica sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliący 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bI 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 sopočka 50 g, ser żółty 50 g, ziem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliący 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 makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, twarogzek ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bI 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
cukrzykowa	Kawa zboż, bz cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliący 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, jogio gotowane 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyce bez soli - filet kurczęcy gotowany 50g, pomidor 70g, naciola 5g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bI 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 cyrnanonem i cukrem 70g, polędwica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, naciola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bI 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliący 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 tl 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 bI 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

przy <b>nieodkrywczościach</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt, mix tl. 15g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajko got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	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 style="text-align: center;"><b>Wykaz składników alergennych: w. Jadośnienie w dn. Poniedziałek 1</b></p> <p style="text-align: center;">en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogowe szczypiorek i cebula, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cytrynowym, ser żółty Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Jajka- Jajko gotowane</p>						

# WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 24.12.2024 R. WIGILIA

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1szt., ser topiony 50g, gruszką 1 szt., papryka 70g		Krupnik 300ml, pieczak 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, śledź w oleju 80g, ryba po grecku 80g, kapusta z grzybami 100g, ryż z makrem i bakaliarni 100g, kisiel 200ml	en 2653,5 kcal B 99,3 g T 105 g W 330,8 g NKT 32,8 g bj 35,5 g sól 15,8 g cukry 83,1 g
<b>lekkostrawna</b>	Płatki owsiane na mleku 2%250ml, kawa zbożowa .200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 50g, miód 1 szt., jabłko-1 szt., liście salaty		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ryba w galercie 80g, ryż z makrem i bakaliarni 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2516,2 kcal, B 89,2 g T 92 g W 293,2 g NKT 27,1 g bj 28,7 g sól 7,1 g cukry 78,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 82% 10g, pasta jajeczna 30g, ser biały 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., liście salaty	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, smażony dorsz w jajku 60g, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Barszcz wigilijny 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z pierśi karczaka 30g, ryż z makrem 100g, kisiel 200 ml, pomarańcz 100g	en 1380,5 kcal, B 64,3 g T 27,8 g W 200,5 g NKT 12,7 g bj 15,7 g sól 2,1 g cukry 79,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, jajko gotowane 1szt., ser topiony 50g, gruszką 1 szt., papryka 70g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, szynka z pierśi karczaka 50g, kapusta z grzybami 100g, ryż z makrem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2686,2 kcal, B 85,6 g T 94,8 g W 333,2 g NKT 29,7 g bj 29,7 g sól 7,7 g cukry 94,2 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 50g, papryka 70g, liście salaty	Kefir 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz wigilijny 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, ryba w galercie 80g, kapusta z grzybami 100g, kisiel b/c 200ml, pomidor 100g	en 2320,2 kcal, B 94,2 g T 96,2 g W 260,2 g NKT 27,4 g bj 28,9 g sól 7,3 g cukry 45,1 g



<b>wątrobowa</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jablko jaja 2 szt., ser biały 50g, miód 1 szt., jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2476,2 kcal, B 89,2 g T 80,8 g W 295,2 g NKT 26,1 g bł 28,7 g sól 7,2 g cukry 79,3 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 50g, miód 1 szt., jablko 1 szt., liść sałaty	Wafle ryżowe 2szt	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, kaliafor gotowany na parze 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Barszcz wigilijny 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2476,2 kcal, B 82,2 g T 96,1 g W 273,2 g NKT 27,5 g bł 28,8 g sól 7,1 g cukry 79,7 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt, mix. tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 50g, miód 1 szt., jablko 1 szt., liść sałaty	chleb razowy 60g, mix tl. 10g, ser żółty 50g, ogórek 50g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z kap. pekińskiej 150g, kaliafor na parze c 150g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigilijny 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2856,2 kcal, B 96,7 g T 106,7 g W 329,9 g NKT 35,3 g bł 29,9 g sól 8,1 g cukry 94,3 g

**Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Wtorek 1**

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, kefir, ser biały, miesz. mleczna, ser żółty, ser topiony

Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, kasza pęczak, krupnik, pieczywo, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie pietruszkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kawa zbożowa, mieszanka płynna, ryba po grecku, szynka z piersi kurczaka

Seler- zupa krupnik, barszcz wigilijny, ryba po grecku, kapusta z grzybami, hummus, szynka z piersi kurczaka

Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, deser sojowy, barszcz wigilijny

Gorczyca- barszcz wigilijny, ryba po grecku, szynka z piersi kurczaka

Jajka-jajo gotowane, dorsz smażony, kluski śląskie, pasta jajeczna

Ryby - dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, śledź z cebulką, ryba w galarecie, ryba po grecku

# ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 25.12.2024 R. BOŻE NARODZENIE

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. 90g, mix tł. 15g, szynka 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g		Pomidorowa z ryżem 300ml, smażony sznycel z kurczaka 90g, ziemniaki 200g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml	keks 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryńska 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g, sałatka jarzynowa 70g	en 2557 kcal B 92,4 g T 65,6 g W 349,1 g NKT 26,6 g bł 38,6 g sól 4,4 g cukry 115,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, paszeta wp. 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	keks 50g	Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryńska 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g.	en 2409,1 kcal, B 89,6 g T 63,6 g W 341 g NKT 21,5 g bł 25,7 g sól 4,3 g cukry 107,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, ziemniaki 100g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, marchewka gotowana 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml, keks 50g	Herbat z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryńska 50g, mus owocowy 1 szt., mandarynka 100g.	en 1420,5 kcal, B 64,3 g T 27,8 g W 200,5 g NKT 13,2 g bł 15,3 g sól 2,1 g cukry 76,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 120g, masło 82% 15g, szynkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, ziemniaki 200g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml, keks 50g	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, masło 82% tł. 15g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryńska 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g.	en 2773 kcal B 95,6 g T 88,7 g W 386,9 g NKT 27,6 g bł 41,6 g sól 4,9 g cukry 149,9 g
cukrzykowa	kawa zbożowa .bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, szynkowa 50g, paszeta 70g, pomidor 70g, liść sałaty	kałafior gotowany 100g	Pomidorowa z ryżem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy b/c 200 ml	jogurt naturalny 1 szt.	Kawa zboż. b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryńska 50g, ogórek 70g, sałatka jarzynowa 70g	en 2161,1 kcal, B 94 g T 61 g W 294 g NKT 20,2 g bł 23,7 g sól 4,5 g cukry 59,3 g

<b>wątrobowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, szynkowa 50g, pasztet wp. 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, marchewka gotowana 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	kekсы 50g	Kawa zboż. z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryżowa 50g, mms owocowy 1 szt., mandarynka 100g.	en 2371, 1 kcal, B 90 g T 56, 1 g W 35, 1 g NKT 21, 1 g bł 27, 8 g sól 4, 3 g cukry 116, 8 g
<b>bezglutenowa</b>	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.	Pomidorowa z ryżem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczęcy 60g, marchewka gotowana 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tł. 10g, wafle ryżowe 4 szt., jajo gotowane 1 szt., serek gotowany 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g.	en 2233, 1 kcal B 82 g T 62, 1 g W 327, 8 g NKT 20, 5 g bł 26, 4 g sól 4, 3 g cukry 98, 7 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynkowa 50g, pasztet 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	kekсы 50g	Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, pieczeń ryżowa 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g.	en 2790, 1 kcal B 100, 5 g T 78, 5 g W 371, 1 g NKT 27, 8 g bł 26, 6 g sól 6, 9 g cukry 107, 1 g

**Wykaz składników alergennych: w jadtospisie w dn. Środa 1**

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa, mieszanka płynna, herbatriki, miesz. mleczna, ser Hochland, zupa pomidorowa, keks Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, szynceł z kurczaka, gotowany filet w sosie koperkowym, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, pieczeń ryżowa, szynka konserwowa,

pasztet wp., mieszanka płynna, pasta warzywna, hummus, keks

Seler- zupy obiadowa pomidorowa, szynkowa, pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, pasztet wp., pasta warzywna, hummus, sałatka jarzynowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, pasztet wp. deser sojowy, pasta warzywna, hummus

Gorczyca- szynkowa, pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, pasztet wp., hummus, pasta warzywna

Jaja— herbatriki, szynceł smażony, jajo gotowane, sałatka jarzynowa, keks//orzechy- masło orzechowe



# CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 26.12.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 15g, polędwica sopočka 50g, ser: zohly: 50g, dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszona szklka mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, fasolka szparagowa zielona 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbroz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 15g, polędwica drobiowa 50g, ser roztek 2 szt., ogórek kiszony 70g, melon 100g	en 2503,2 B 86,8 g T 93,3 g W 326 g NKT 34,7 g Bt 35,5 g sól 6,3 g cukry 96,2 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, polędwica sopočka 50g, ser: wieski 1 szt., dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 120g, fasolka szparagowa zielona 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbrozowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, polędwica drobiowa 50g, twarozek zielony 50g, ogórek 70g, melon 100g	en 2288,2 kcal, B 118 g T 75 g W 322,1 g NKT 31,15 g Bt 28,8 g sól 5,2 g cukry 94,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, chleb zw: 60g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, ser: wieski 1 szt., dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, marchewka gotowana 60g, fasolka szparagowa zielona 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, twarozek zielony 30g, ogórek 70g, melon 100g	en 1410 kcal, B 62,3 g T 27,9 g W 200,5 g NKT 12,4 g Bt 15,3 g sól 2,1 g cukry 57,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 300 ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw: 120g, masło (82%) tl 15g, polędwica sopočka 50g, ser: wieski 1 szt., dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Herbatniki 25g, mus owocowy 1 szt.	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany schab mielony w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, fasolka szparagowa zielona 150g, kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbroz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 120g, mix tl 15g, polędwica drobiowa 50g, twarozek zielony 50g, ogórek 70g, melon 100g	en 2580,2 kcal, B 127,2 g T 82,2 g W 368,8 g NKT 33,2 g Bt 31,4 g sól 5,3 g cukry 100 g
<b>cukrzycowa</b>	Kawa zbrozowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica sopočka 50g, jogurt naturalny 1 szt., ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 120g, fasolka szparagowa zielona 150g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zbroz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica drobiowa 50g, twarozek zielony, ogórek 50g, liść sałaty	en 2017,2 kcal, B 112 g T 71 g W 294,1 g NKT 31,15 g Bt 26,8 g sól 5,3 g cukry 56,7 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa 200ml, chleb zw: 90g, polędwica sopočka 50g, jogurt naturalny 1 szt., dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab mielony w sosie pomidorowym 60g, marchewka gotowana 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbroz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, polędwica drobiowa mielony 50g, twarozek zielony 50g, mus owocowy 1 szt., liść sałaty	en 2152,2 kcal, B 117,9 g T 60 g W 324,4 g NKT 27,3 g Bt 28,8 g sól 5,3 g cukry 96,3 g

<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tt 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, gotowany schab 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tt 10g, filet kurczęcy gotowany 50g, dzem owocowy 2 szt., ogórek 70g, melon 100g	en 2164,2 kcal, B 90,1 g T 65,2 g W 321,4 g NKT 25,1 g Bt 25,1 g sól 4,1 g cukry 116 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 120g, mix tt, 15g, polędwica sopočka 50g, serk wiejski 1 szt., dzem 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tt 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestakami słonecznika 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tt 15g, polędwica drobiowa 50g, twarogzek zielony 50g, ogórek 70g, melon 100g	en 2571,2 kcal, B 122,6 g T 84,2 g W 354,9 g NKT 33,5 g Bt 41,7 g sól 6,4 g cukry 99,4 g

**Wykaz składników alergennych: wjadłospisie Czwartek 1**

Mleko (łącznie z laktozą) – kaszamanna na mleku, mix tt., masło 82% kawa z mlekiem, mieszanka płynna, biszkopty, jogurt naturalny, kefir, zupa kalafiorowa, ser żółty, serek wiejski, ser rozek,

Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, kawa z mlekiem, kawa zbożowa, mieszanka mleczna, polędwica drobiowa, polędwica sopočka, schab w sosie pomidorowym, serak homogenizowany

hummus, kasza jęczmienna, herbatniki, biszkopty, szynkowa

Seler- kalafiorowa, polędwica drobiowa, polędwica sopočka, schab w sosie pomidorowym, hummus, kotlety sojowe, szynkowa

Gorczyca- alafiorowa, polędwica drobiowa, polędwica sopočka, schab w sosie pomidorowym, hummus, kotlety sojowe, szynkow

Jajo—jajo gotowane, przyziemiaczane

Soja- polędwica sopočka, polędwica drobiowa, deser sojowy, hummus, szynkowa // orzechy- masło orzechowe



# PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.12.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Ryz 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, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trojkat Hochland 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal, B 86,3 g T 93,5 g W 371,3 g NKT 34 g Bj 32,7 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
<b>lekkostrawna</b>	Ryz 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 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 1 szt., mix tł. 10g, twarógek zielony 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g Bj 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Ryz 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	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkozopy 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trojkat 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 Bj 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Ryz 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 sałat 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	Biszkozopy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trojkat 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 Bj 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
<b>kultrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 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 bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarógek zielony 70g, sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli cukrzyk gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bj 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
<b>wątrobowa</b>	Ryz 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 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 1 szt., chleb zw 60g, twarógek zielony 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g Bj 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść salaty, 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 bl 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,9 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., papryka 30g</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 zboz.200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, twaróg zielony 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść salaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bl 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>	
<p>en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz</p>						
<p>W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe bl - błonnik sól - sól</p>						
<p><b>Wykaz składników alergennych: w ladnosnisie w dn. piątek 1</b></p>						
<p>Mleko (faczenie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twaróg zielony, ser żółty Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkwa, 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</p>						

# SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.12.2024

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., miks tl. 15g, szynkowa 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 sparzająca zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, canenbert 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 103,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., miks tl. 10g, serdeczek 1 szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka sparzająca zółta 60g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., miks tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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, polewka drożdżowa 30g, pasztec 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 15g, melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka sparzająca zółta 150g, 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., polewka drożdżowa 50g, pasztec 30g, 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 sparzająca zółta 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, miks tl. 10g, serdeczek 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, cukrz. b/ś, jajo got. 1 szt., salsab gotowany, 50g	sośk wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka sparzająca zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło miks 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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
węglowodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdeczek melonowy 1szt., pasztec 50g, 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 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, miks tl. 10g, jajo got. 1 szt., salsab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, galuska mięsna Indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Soś owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waffle ryżowe 4 szt., miks tl. 10g, fideł kurczacy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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 niedoborach witamin	płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb z żytko 90g mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, listki sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablekiem 120 g, gotowane marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb z żytko 90g, bułka pszenna 1szt., 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 271 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g
<p style="text-align: center;"><b>Wykaz składników alergicznych w Jadalni w dn. Sobota 1</b></p> <p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych:</p> <p style="text-align: center;">en - wartość energetyczna            B - białko ogółem            T - tłuszcz            W - węglowodany ogółem            NKT - nasycone kwasy tłuszczowe            bł - błonnik            sól - sól            cukry - cukry</p> <p>Mleko (licznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztet</p> <p>Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem , szynkowa, pasztet, kawa zbożowa z makiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwialka</p> <p>Seier- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet</p> <p>Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet wp.</p> <p>Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp.</p> <p>Jajko i prod. pochodne – jajko</p>					

# NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.12.2024

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. 90g, mix tl. 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dzem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszonyj 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 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 cynanomonem 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 kapusty 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 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 cynanomonem 30g, polędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	walec 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 drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 13g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynanomonem 70g, polędwica soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	walec ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smazony 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 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 241,1 g NKT 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 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 kapusty kiszonyj 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 drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, 1 twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynanomonem 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 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 Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cytrynowym 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., liść salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziolowym 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 Bf 30,2 g sol 4,3 g cukry 72 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw 120g szt., mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cytrynowym 70g, soppocka 50g, jablko 1 szt., liść 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 pekizskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 120g, mix tl 15g, kiełbasa 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 Bf 30,9 g sol 5 g cukry 75,3 g</p>	
<p><b>UZNIACZENIA WSKAZNIKOW ODZYWCZYCH:</b> en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bf - błonnik sol - sól cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergenychn. w jadospisie w dn. Niedziela 1:</b> Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, twarozek z papryką i ziołami, twarozek ze śmietaną i cukrem, ser żółty, ser żółty, kefir Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biskopity Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, szynkowa, soppocka Gorczyca– szynkowa, soppocka Jajo – jajo gotowane, biskopity, schabowy wp.</p>						