

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 05.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 30g, chleb rz: 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl: 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiebasa wędzona 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g, twaróg ze szczypiorkiem i cebulą 70g, serek polewiciowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2608,3 kcal, B 1115 g T 92,0 g W 344,8 g NKT 28,8 g bl 33,2 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 cytrynonem i cukrem 70g, polewica sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bl 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,7 kcal, B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKT 27,1 g bl 28,4 g sól 4,3 g cukry 95,5 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 cytrynonem 30g, polewica sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, serek polewiciowa 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 cukry 50,5 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, przysmak suwalski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,3 g bl 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, filet kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal, B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bl 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g twaróg ze szczypiorkiem i cebulą 70g, szonka polewiciowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358, 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 tł. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzy b/s-schab got. 50g	Sok pomidorowy 150ml- płynna	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 tł. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt.; cukrzy bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bł 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szl., ser biały z cyrmonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jablo gotowane 1 szl., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szl., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bł 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szl., schab gotowany 50g, hummus 50g, jablo 1 szl., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szl.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szl., filet kurczący gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1150,9 kcal, B 80 g T 50,2 g W 184,5 g NKT 16,4 g bł 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Riz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, ser biały z cyrmonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jablo 1 szl., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 120g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szl., mix tł. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz. 90g, bułka psz. 1szl, mix tł. 5g, ser biały z cyrmonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablo 1 szl., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jablo got. 1szl., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb raz. 90g, bułka pszenna 1szl, mix tł. 15g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bł 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktacją) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, twarożek ziołowy, serek wiejski, kefir, miesz. mleczna, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z makiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwański, miesz. mleczna,

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, deser sojowy

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

Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 06.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Rzż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszką 1 szt., trucha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznצל z kureczką 90g, kasza jęczmienna 160g, sur z kiszoncj kapusty z zurewną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mądanrycha 100 g	en 2495 kcal, B 106,3 g T 87,6 g W 87,9 g NKT 35,3 g bł 36,7 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Rzż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, kielbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., trucha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur z kap pękistej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, miks 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
papierkowa	Rzż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 50g, miks tl. 10g, kielbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., trucha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 50g, miks tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, miks salat	en 2388,2 kcal, B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g bł 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Rzż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., sardń, sardń gotowany 30g, gruszką 1 szt., trucha 5g	Chrupki kukurydżane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mądanrycha 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
WZRODOWA	Rzż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, kielbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., trucha 5g	Chrupki kukurydżane 16g	Pomidorowa z makaronem bez smiatany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 50g, pomidor 70g, miks salat	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g bł 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
nikosodowa	Rzż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., trucha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, miks salat	en 2596,5 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bł 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Rzż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszką 1 szt., trucha 5g	Chrupki kukurydżane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kureczką 90g, kasza jęczmienna 200g, sur z kiszoncj kapusty z zurewną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mądanrycha 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bł 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek kiszony 50g, trucha 5g	Chrupki kukurydżane 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur z kap pękistej 120g, sur z kiszoncj kapusty z zurewną 120g, kompot owocowy 0c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, miks 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

wątrobową	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., kisielas sokiowy 50g, pasztet wp, 50g, biało gotowanygo jajko 1 szt., banan 1 szt., miodla 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz./zmiekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 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 bi 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dziec bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	Wafle ryżowe 2szk. + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.piekielnej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz./200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal. B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bi 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl, 10g, schab gotowany 70g, jajko got. 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	Wafle ryżowe 2szk.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g gotowany filet kurczaka 60g , kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szk. 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 bi 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, kisielas sokiowy 50g, pasztet wp, 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	chleb razowy 60g, mix tl 10g, biak mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap.piekielnej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz./zmiekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2489,7 kcal. B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bi 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

bi – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż, na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, twarożek ze śmietaną i cukrem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, miesz. mleczna

Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem , pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, mieszanka

Seler- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,

Soja i produkty pochodne –chnupki kukurydziane, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gorczyca- kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,

Jajka-jajko, szynceł wp, kluski śląskie

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 07.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, mix tl 15g, serysowa 50g, ser Hoiland 2 pl, dzem i szl., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzak 160g, smazony kotlet mielony wp, 90g, sur, z bulgi i kapuszy z mniszeczka i porami w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, mix tl 15g, pasta konserwowa-pomara z saszynkami 70g, kebabu kabanoska porzana 50g, banan 1 szt., mix salat z oliwa i virgin 3g	en 2569,4 kcal, B 99,8 g T 86,1 g W 357,1 g NKT 31,2 g Bt 30,6 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bulka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix tl 1l, serysowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, mix tl 10g, konserwa sarmalska 50g, twarożek z ziolami 70g, melon 100g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
parkowa	Makaron na mleku 2%, 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, serysowa mielona 30g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane i szl.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, konserwa sarmalska 50g, twarożek z ziolami 100g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 2319,5 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 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2%, 250 ml, kawa zbozowa 200ml, maslo 82%, 10g, bulka pszenna 1szt, 4l, 10g, serysowa mielona 30g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 2 pl, dzem i szl., jabolko 1 szt, pomidor 70g	Hefelbisk 25g, mas owocey 1 szl.	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Hefelita z cukrem 200ml, bulka pszenna 1 szt., maslo 82 %10g, soryska z jabolka kabanoska 30g, Kebabu kabanoska porzana 50g, melon 100g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKT 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bulka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix tl 10g, serysowa mielona 30g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane i szl.	Mas owocey 1 szl.	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, mix tl 10g, konserwa sarmalska 50g, twarożek z ziolami 70g, melon 100g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 2419,7 kcal, B 94,9 g T 77,2 g W 284,6 g NKT 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 99,1 g
niśkosodowa	Makaron na mleku2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, mix tl 10g, serysowa 50g, pasta z kurczaka gotowanego 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Jab lekkostrawna bez soli		Kawa zboz z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, mix tl 10g, jabol got. 1 szt., twarożek z ziolami 70g, melon 100g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 2165,2 kcal, B 94,1 g T 67,1 g W 278,1 g NKT 26,4 g Bt 26,3 g sól 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, bulka pszenna 1szt, maslo 82% 10g, serysowa 30g, ser Hoiland 2 pl, dzem i szl., jablko 1 szt, pomidor 70g	Hefelbisk 25g, mas owocey 1 szl.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzak 200g, smazony kotlet mielony wp, 90g, sur, z bulgi i kapuszy z mniszeczka i porami w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bulka pszenna 1szt, maslo 82% tl 15g, soryska z piersi kurczaka 50g, kebabu kabanoska porzana 50g, melon 100g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKT 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serysowa 50g, ser biały 70g, cukrzykowa bialo-pasta z kurczaka got. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, lise salaty	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, sur, z bulgi i kapuszy z mniszeczka i porami w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz, bc 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa sarmalska 50g, twarożek z ziolami 70g, cukrzykowa bialo- jabol gotowane 1szt, ogorek 70g, mix salat z oliwa i virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKT 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bulka pszenna 1szt, chleb zw 60g, serysowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane i szl.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bulka pszenna 1szt, konserwa sarmalska 50g, twarożek z ziolami 70g, melon 100g, mix salat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKT 28 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku oślimym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Masa owocowy i soki + wafle ryżowe 2 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indywu w sosie własnym 60g, buraczki 60g, miks warzyw na parze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz 200ml, bułka pszenna 1szt, ołówek 60g, jajko got. 1 szt., deser jogowy 1 szt., mielon 100g, miks soku z oliwy virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 60,1 g T 41,6 g W 179 g NKT 12,4 g Bt 14 g sól 3,8 g cukry 52,5 g
bezglutenowa	Riz na mleku 250ml, herbata 200ml, ołówek bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały pastylizy 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Masa owocowy i soki 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indywu 60g, buraczki 60g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajko got. 1 szt, twarożek ziolowy 50g, wafle ryżowe 1szt, mielon 100g, miks soku z oliwy virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 125,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedoborach witamin	Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, ołówek 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, wazelnia 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	ołówek ryżowy 90g, mix tl. 10g, kasza 30g, krakowska 30g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indywu w sosie własnym 60g, buraczki 150g, miks warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z makiem 20g, lody 200ml, ołówek 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziolami 70g, mielon 100g, miks soku z oliwy virgin 5g	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

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 aktywnych w jadłospisie w dniu środa 1.

Mleko (łącznie z laktacją) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziolowy, mieszanka rybna, herbatniki, miesz. mleczna, ser Hochland
 Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, pulpet mielony wp, pulpet indywu, kawa zbozowa, kawa inka z makiem, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, mieszanka rybna, kasza pęczak
 Selek- zupy obiadowe: krupnik, ogórkowa, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska
 Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, deser sojowy
 Gorczyca, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska
 Jaja – herbatniki, kielbasa krakowska, konserwa suwalska
 Ryby- pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 08.02.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, kiełbasa parowa 100g, canamberi 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szl., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2763,9 kcal, B 85,4 g T 103,4 g W 364,63 g NKT 37,8 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekciem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2257,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
papłkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekciem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2257,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopocka 30g, serrek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szl.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szl., masło (82%)10g, serek z piersi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szl., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekciem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g bł 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szl, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g bł 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szl., masło (82%)15g,polędwica sopocka 50g,serrek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szl.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szl.,kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szl.	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, serek z piersi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

culinarycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl, cukrzykowa b/soli - sctab gotowany 50g, ogorek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, sctab gotowany w sosie brokietowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2 szl.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szl., cukrzykowa b/soli - jajo gotowane 1 szl., kefir 1 szl, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chłopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawko-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g bł 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szl., hummus 50g, deser sojowy 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml + jabłko 1 szl.	Chłopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, sctab gotowany w sosie brokietowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szl., chleb zw 60g, dzem owocowy 2 szl., jajo got. 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g bł 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, sctab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, sctab gotowany 60g, surowka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szl., mix tl 10g, jajo gotowane, kefir 1 szl, pomidor 70g, liść sałaty	en 2495,2 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 1szl., mix tl 15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, serbkowa 50g, pomidor 50g	Chłopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szl, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, przysmak suwański 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 jadalospisie Czwartek 1.

Mleko (łącznie z laktazą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tr., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z cukrem serem i śmietaną, mieszanka płynna, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa lina z mlekiem, mieszanka mleczna, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa, polędwica

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

Jajo—jajo gotowane, Płzy ziemniaczane
Soja- przysmak suwański, kiełbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser sojowy

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 09.02.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 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, smaczony 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 trójkąt Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2787,1 kcal, B 120,6 g T 95 g W 377,6 g NKT 34 g bi 38,1 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg ziółowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g bi 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
parlowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ziółowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 357,3 g NKT 27,5 g bi 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1szt., pasta jęczmna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smaczony dorsz w jajku 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopity 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g bi 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wzródowa	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 gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	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	Biskopity 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, twaróg ziółowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 359,3 g NKT 27,6 g bi 31,2 g sól 4,9 g cukry 88,2 g
miskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziółowy 70g, schab gotowany 50g, dżem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 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, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smaczony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopity 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 2 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g bi 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., 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 kapusy z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukru bez soli -	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twaróg ziolowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzycowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, twaróg ziolowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bi 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml + gruska 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Waflę ryżowe 2szt	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g bi 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herбата 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflę ryżowe 2szt	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jabłko got. 1szt., papryka 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ziolowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bi 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g

en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
bi – białonik
sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1
Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem
Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalafiorowa, pietruszko, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa inka z mlekiem, mieszanka mączna, szynkowa, kopytka z masłem,
Sól i produkty pochodne – waflę ryżowe, deser sojowy
Jajo – jajo got., biszkopty, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku
Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 09.02.2024 r.

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. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, serdeczek 50g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szl., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, jabłko 1 szl., krakerska 50 g, camembert 30g, sur. z marchewki 70g, marmurka 100g	en 2504,1 kcal, B 91,9 g T 86 g W 320,6 g NKT 29,7 g bł 33,1 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 1szl., mix tl. 10g, serdeczek 1szl., pasztecik 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,5 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,5 g cukry 90,4 g
paplowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, serdeczek miodowy 1szl., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szl., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, miodowa		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakerska miodowa 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl.	en 2228,6kcal, B 89,9 g T 75,3 g W 302,5 g NKT 26,9 g bł 28 g sól 5,5 g cukry 89,9 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, pasztecik 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szl., masło (82%) 10g, krakerska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szl.	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
wrzołowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, serdeczek miodowy 1szl., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szl., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, krakerska miodowa 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl.	en 2270,1kcal, B 90 g T 76 g W 320,5 g NKT 26,1 g bł 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
mikosołowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, jajo got. 1 szl., serek gotowany 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., masło (82%) 5g, ser Hochland 2 pl., polewka drożdżowa 50g, pasztecik 50g, jabłko 1 szl., 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 oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szl.	Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., masło (82%) tl. 15g, krakerska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,3 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g

ciukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdelek 1 szt., paszeta 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. bś., jajo got. 1 szt., seltab gotowany 50g)	chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa 200g, 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel białe 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 raz. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek mielony 1 szt., paszeta 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jablekiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż./ z mlekiem 2% 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1 szt., 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
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., seltab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g + melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablekiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż./ z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 1089,6 kcal, B 66,4 g T 48,1 g W 192,7 g NKT 11,5 g bł 12,1 g sól 3,2 g cukry 82,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2%, 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., seltab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablekiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tl 10g, fiol kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 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 niedobrościach	Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g mix tl 15g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jabłko 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 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż./ z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w „Jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa z zielonego groszku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, mieszanka mleczna, jogurt naturalny, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek topiony, camembert
Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, zupa z zielonego groszku, szynkowa, paszeta, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowska, mieszanka pylna, sos musztardowy, sos pomidorowy, kawa zbożowa,

Seler- Zupa z zielonego groszku, szynkowa, serdelek, krakowska, paszeta

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, paszeta wp, deser sojowy

Gotczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, paszeta wp,

Jajo i prod. pochodne – jajo, paluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 10.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka 50g, liść sałaty, dzemi 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pekińskiej 150 g, kaleror z pary 150g, kisel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kielbasa szynkowa drobowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2509,8 kcal, B 114,2 g T 89,8 g W 338,1 g NKT 32,9 g Bt 32,9 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka 50g, jabko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kaleror z pary 120g, kisel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobowa 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
parpowa	Jak lekkostrawna - chleb zwykły 90g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka mielona 50g, jabko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabko gotowane 1 szt., kaleror gotowany 120g, kisel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 30g, polędwica soppoka 30g, jabko 1 szt., liść sałaty	wafe ryzowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabko gotowane 1 szt., kaleror gotowany 60g, kisel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kielbasa szynkowa drobowa 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
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka mielona 50g, jabko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabko gotowane 1 szt., kaleror gotowany 120g, kisel 200ml	biszkopty 20g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g Bt 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, schab gotowany 50g, jabko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, polewka sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony schabowy wp., panierowany 90g, sur z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopki 30g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kielbasa 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 Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbozowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wałki ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, kielbasa 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
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 90g, t. twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kielbasa 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
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Wałki ryżowe 2szt.	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, hummus 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1003,9 kcal, B 65,4 g T 48,9 g W 203,3 g NKT 13,1 g Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 90,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, 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 Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, sopočka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 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 Bt 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa, mieszanka mleczna, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser topiony, kefir

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa inka, mieszanka mleczna, herbatniki, szynkowa, soppockaschabowy wp, filet w sosie

Seler- zupa obiadowa; rosół, szynkowa, ogórek z sose ziołowym, soppocka

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, szynkowa, soppocka, deser sojowy

Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, soppocka

Jajko- jajko gotowane, biszkopty, schabowy wp.