

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.03.2024

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.60g, bułka pszenna 1szt., mix 30g, ser biały 50g, masło 15g, półkwiatka sopočka 50g, ser żółty 50g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w kapusie 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, szynka półdewicowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2582,8 kcal. B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKT 28,8 g bł 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, półkwiatka sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 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.60g, bułka pszenna 1szt.,mix tl. 10g, przysmak suwałski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2377,6 kcal. B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, półkwiatka sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, przysmak suwałski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2317,7 kcal. B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKT 27,1 g bł 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 cytrymonem 30g, półkwiatka sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82%, 10g, szynka półdewicowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	en 1220,5 kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, półkwiatka sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 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 suwałski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2470,5 kcal. B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,3 g bł 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 kurczaka gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2149,7 kcal. B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bł 25,5 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% 13g, półkwiatka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliary 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, szynka półdewicowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2478,5 kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

cukrzycowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ płynna	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g, w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., cukrzyce 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
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane i szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak 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 1szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	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 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl. 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 zw. 90g, bułka psz. 1szt, mix tl. 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 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

Wykaz składników alergennych: w jadtospisie w dn. Poniedziałek 1

- Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożkowe szczybiorem i cebulą, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty
- Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, srynka polędwiczowa, przysmak suwański, w sosie pomidorowym
- Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwański , kiełb. suwańska, srynka polędwiczowa
- Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, srynka polędwiczowa, deser sojowy
- Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, srynka polędwiczowa
- Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe
- Sesam- hummus
- Orzechy – masło orzechowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 19.03.2024

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 tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt., tułocha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony szynceł z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, marmadynka 100 g	en 2417,8 kcal, B 106,9 g T 78,7 g W 349,0 g NKT 35,3 g Bt 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., tułocha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g Bt 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
papkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., tułocha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2388,2 kcal, B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g Bt 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., serek goiowy 30g, gruska 1 szt., tułocha 5g	Chrupki kukurydżane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % i szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, marmadynka 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g Bt 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
wyzłodowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., tułocha 5g	Chrupki kukurydżane 16g	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący mielony 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 zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g Bt 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
miskosodowa	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serek goiowy 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., tułocha 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, marmadynka 100g	en 2097,6 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g Bt 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt., tułocha 5g	Chrupki kukurydżane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 200g, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % i szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, marmadynka 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g Bt 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, ogórek kiszony 50g, tułocha 5g	Chrupki kukurydżane 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g Bt 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g

wątrobowowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., kasza sarykowa 50g, pasztet wp, 50g, bułko gotowanego jaje 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalerfor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż zmielona 2%, 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bj 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dziet bezmleczna	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur z kap, pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż, 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bj 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 70g, jajo got, 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g	Wale ryżowe 25zl	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g, kalerfor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szl, mix tl, 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bj 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedożywistościach	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 13g, kasza sarykowa 50g, pasztet wp, 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g	chleb ryżowy 60g, mix tl 10g, bułk, mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur z kap, pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z miodem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bj 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

bj – białnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych, w jadalospisie w dn. wtorek 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z makiem, pasta twarogowo-chrzanova, ser biały, pasztet

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

jęczmienna

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

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

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

Jajka-jajko, szyncei z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 20.03.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleko 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, miks tl 10g, szytowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzok 160g, smażony kulek mielony typ 90g, ser z białej kapusty z marmelatą i posm w sosie ziołowym 150g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, ciastem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, miks tl 15g, pasta twarogowo-rybna ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, banana 1 szt., miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2485,3 kcal, B 92,6 g T 83,9 g W 3850 g NKT 31,2 g Bt 23,6 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleko 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, miks tl 10g, szytowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Karpieńk 300ml, kasza perzok 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i ciastem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, twarózek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą 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
paplowata	Makaron na mleko 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, miks tl 10g, szpinakowa miodna 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Karpieńk 300ml, kasza perzok 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i ciastem 200ml, chleb zw 90g, miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, twarózek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą 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 mleko 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., szpinakowa 30g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 15g, miks owocowy 1 szt.	Karpieńk 200ml, kasza perzok 100g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, miks warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z ciastem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, szytka z pierś karczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 30g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 149,7 g NKT 14,1 g Bt 13,3 g sól 3,9 g cukry 32,8 g
wrzodowa	Makaron na mleko 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, miks tl 10g, szytowa miodna 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Miks owocowy 1 szt.	Karpieńk 300ml, kasza perzok 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem i ciastem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, twarózek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,7 kcal, B 94,9 g T 77,2 g W 294,6 g NKT 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 99,1 g
mikrosodowa	Makaron na mleko2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, ser biały polski 70g, pasta z karczaka gotowego 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Jak lekkostrawną bez soli		Kawa zboż z mlekiem i ciastem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, jajo got 1 szt., twarózek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2165,2 kcal, B 94,1 g T 67,1 g W 278,1 g NKT 25,4 g Bt 28,3 g sól 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleko 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, szytowa 50g, ser Hochland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 15g, miks owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzok 200g, smażony kulek mielony typ 90g, ser z białej kapusty z marmelatą i posm w sosie ziołowym 150g, miks warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2%, ciastem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, szytka z pierś karczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 369,1 g NKT 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbożowa, bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, szytowa 50g, ser biały 70g, (cukrzykowi biały-pasta z kurczaka got 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, liść salaty	Wódle ryżowe 2szt	Karpieńk 300ml, kasza perzok 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, ser z białej kapusty z marmelatą i posm w sosie ziołowym 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż b/c 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, twarózek z ziołami 70g, cukrzykowa biały-jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKT 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleko 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, szytowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Karpieńk 300ml, kasza perzok 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i ciastem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa suwalska 50g, twarózek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 29 g Bt 28,3 g sól 5,5 g cukry 92,1 g

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt. + chrupki kukurydżane 16g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, jajo got. 1 szt., deser sojowy 1 szt., melon 100g, mix sałat z oliwą 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	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy b/glut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt, twaróg ziołowy 50g, wafle ryżowe 4szt, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 26,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szytkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kielbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g Bt 29,6 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 – bionnik

sól – sól

cukry – cukry

Wykaz składników alergennych w: **Jedlospisie w dh. środa 1**

Mleko (kazein z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twaróg ziołowy, herbatniki, szytkowa, ser Hochland

Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyzy, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem, szytkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak

Seler- zupy obiadowe; krupnik, ogórkowa, szytkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szytkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, deser sojowy

Gorczyca, szytkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska

Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane

Ryby- pasta twarogowo-rybna

Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 21.03.2024

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 1 szt., mix tl. 15g, kiełbasa parówkowa 100g, ciemnobert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g bł 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,2 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
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica soppoka 30g, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wrządowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., 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 1 szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 21,7 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 1 szt., masło (82%)1,5g,polędwica soppoka 50g,serrek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzgnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

cukrzycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzycowa b/soli - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie broktowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wale ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., (cukrzycowa b/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak 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 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml + jabłko 1 szt.	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie broktowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got. 1 szt., 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, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt., mix tl. 10g, jabłko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bł 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, blok mielony 50g, serek wijski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 60g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., 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 laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek

Zboża zawierające gluten - kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa, wędliny, camembert, polędwica drobiowa

sosie broktowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

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

Gorzycza- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa

Jajo—jajo gotowane

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

Sesam- hummus

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 22.03.2024

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, smażony dorsz w jajku 90g sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z młkiem 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 2766,5 kcal, B 105,3 g T 102,7 g W 387,7 g NKT 34 g Bt 32,4 g sól 6,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix 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 młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
paplowata	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 młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g Bt 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galearka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 359,3 g NKT 27,6 g Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
wizydowa	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 gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g Bt 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 g
niskosolowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, ser schab gotowany 50g, 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 Bt 39 g sól 4,6 g cukry 94,3 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	Galearka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z młkiem 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	

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefti 1 szt.	Kalaforowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszonę kapuszy z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarożek ziolowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bt 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jablko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalaforowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, twarożek 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 Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml + gruska 1 szt.	Kalaforowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafor na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	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 Bt 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalaforowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, waflle 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 Bt 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
przy niedokrwistościach	Ryz 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., jablko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., papryka 50g	Kalaforowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafor na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twarożek 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 Bt 32,4 g sól 4,9 g cukry 89,1 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

Wskaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1.

Mleko (i przetwory z laktozy) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalaforowa, szczawiowa, mix iu, masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarożek ziolowy, ser żółty
Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalaforowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskopity, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa,

Seier- zupa kalaforowa, szczawiowa, szynkowa

Sole i produkty pochodne – waflle ryżowe, deser sojowy

Jajo – jajo got., biskopity, pasta jajeczna, dorsz w jajku

Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tuńczykiem

Orzechy – masło orzechowe Sezam- hummus

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 23.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szybkowa 50g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z olią 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jabłko 1 szt., krakerska 50 g, camembert 30g, sur. z marchewki 70g, mandarynka 100g	en 2132,7 Kcal, B 88,5 g T 80,9 g W 293,3 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, seradek 1 szt., pieziet 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,3 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
paglowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, seradek mielony 1 szt., pieziet 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2228,6kcal, B 89,9 g T 75,3 g W 302,5 g NKT 26,9 g bł 28 g sól 5,3 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, polędwica drobiowa 30g, pieziet 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z olią 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, krakerska 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
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, seradek mielony 1 szt., pieziet 50g, jabłko gotowane 1 szt., 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 1 szt., mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2270,1kcal, B 90 g T 76 g W 320,3 g NKT 26,1 g bł 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
młkosiodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., sernik gotowy 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., 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 z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, pieziet 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z olią 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) tl. 15g, krakerska 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

ciężcyżowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdecik 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g)	ciurupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa 400g 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż./bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., serdecik mielony 1szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielona 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mas owoce 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 beznleczna	Płatki owsiane na mleku roślinym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., dżem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	ciurupki kukurydżane 16g + miodon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż./z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., jabłko 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, miodon 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., ssiab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	ciurupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4 szt., mix tl 10g, fillet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miodon 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	ciurupki razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miodon 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 (faktownie z laktozą) - płatki owsiane na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztec

Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztec, kawa zbożowa z makiem, wędliny: serdecik, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna

Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdecik, krakowska, pasztec, pasta warzywna

Soja i produkty pochodne - wałki ryżowe, szynkowa, serdecik, krakowska, pasztec wp., deser sojowy

Gorczyca- serdecik, krakowska, szynkowa, pasztec wp.

Jajko i prod. pochodne - jajko

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 24.03.2024 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 tl 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur z kapusty pekińskiej 150 g, kalerfaj z parry 130g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2397,7 kcal, B 108,0 g T 90,2 g W 316,20 g NKT 32,9 g Bt 22,8 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowcem 70g, sopočka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 120g, kalerfaj z parry 120g, kisiel 200ml			Kawa zboż z mlekiem 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
papkowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowcem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalerfaj gotowany 120g, kisiel 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 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, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowcem 30g, półgaweczka sopočka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafe ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfaj gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 13g, 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
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowcem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kalerfaj gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty20g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 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
niszkosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowcem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, 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

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cyranonem 70g, poldwica sopocka 50g, jablko 1 szt, lisc salaty	wale ryzowe 2 szt, pomarancza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp, panierowany 90g, sur. z kapusty pekinijskiej 150 g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml	Biskopcy 30g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Kawa zboz z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser zolty 50g, lisc salaty, 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 sol 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzyca	Kawa zbozowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z papryka i ziolami 70g, sopocka 50g, lisc salaty, ogorek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekinijskiej 120g, kalfior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wale ryzowe 2szt.	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, kiebasa 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 sol 5 g cukry 49 g
wagrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 90g, t twarozek ze smietana, cukrem i cyranonem 70g, sopocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., lisc salaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalfior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kiebasa 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 sol 4,8 g cukry 72,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roslinnym 200 ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, maslo orzechowe 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml, pomarancza 100g	Zupa z zielonego groszku b/sn 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekinijskiej 60g, kalfior gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboz z makiem 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 sol 3,1 g cukry 90,7 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cyranonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalfior gotowany 120g, ogorek w sosie ziolowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wale ryzowe 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 sol 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, twarozek ze smietana, cukrem i cyranonem 70g, sopocka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekinijskiej 150g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa 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 sol 5 g cukry 75,3 g

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

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

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

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

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, szynkowa, sopocka, deser sojowy

Gorczyca- szynkowa, sopocka

Jajko—jajko gotowane, biskopity, schabowy wp.

Sesam- hummus

Orzechy – masło orzechowe