

WOJEWÓDZKI 25.12.2023 BOŻE NARODZENIE

Rodzaj diety	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. 90g, mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, ser topiony 2 szt., mandarynka 100g, liść sałaty		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznycel z kurczaka 90g, ziemniaki 200g, sur. z kapuszy pekińskiej 150g, kalerfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., miód 1 szt, sałatka jarzynowa 70g	en 2677,6 kcal, B 110 g T 80 g W 357,1 g NKT 31,15 g bł 28,7 g sól 5,5 g cukry 101 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty		Pomidorowa z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kalerfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko got. 1 szt., mus owocowy 1 szt., miód 1 szt	en 2760 kcal, B 117,9 g T 86,4 g W 379,9 g NKT 28,6 g
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty		Pomidorowa z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, marchewka gotowana 120g, kalerfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt., miód 1 szt	en 1420,5 kcal, B 64,3 g T 27,8 g W 200,5 g NKT 13,2 g bł 15,7 g sól 2,1 g cukry 89,5 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło 82% 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, marchewka gotowana 60g, kalerfior na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt., miód 1 szt	en 2790,5 kcal, B 115,3 g T 80,1 g W 380 g NKT 26,3 g bł 25,8 g sól 4,9 g cukry 126,5 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący mielony 60g w sosie koperkowym, kalerfior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko got. 1 szt., mus owocowy 1 szt., miód 1 szt	en 2449,7 kcal, B 115,1 g T 70,2 g W 248,6 g NKT 28,7 g bł 25,3 g sól 3,9 g cukry 99,9 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty		Pomidorowa z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kalerfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, kurczak gotowany 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., miód 1 szt	en 2878,5 kcal, B 115,1 g T 70,2 g W 248,6 g NKT 28,7 g bł 25,3 g sól 3,9 g cukry 99,9 g

							B 1130 g T 107,3 g W 348,7 g NKT 36,3 g b1 35,2 g sól 6,7 g cukry 142,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, masło 82%,15g, jajko gotowane 1 szt, kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szyniec z kurczaka 90g, ziemniaki 250g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, masło 82%, 15g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., miód 1 szt, sałatka jarzynowa 70g		
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1 szt, kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, ogórek 100g, liść sałaty, jogurt naturalny 1 szt.	Chrupki kukurydziane 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, sałatka jarzynowa 70g	en 2779,5 kcal, B 126,6 g T 90,9 g W 274,2 g NKT 27,1 g b1 40,5 g sól 6,9 g cukry 92,8 g	
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, białko z 2 jaj ,kiełbasa szynkowa mielona 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko got. 1 szt., miód 1 szt	en 2686,5 kcal, B 101,5 g T 85,6 g W 380,5 g NKT 26,7 g b1 26,3 g sól 4,7 g cukry 125,5 g	
bezmleczna/ dzieci bm	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, deser sojowy 1 szt., mandarynka 100g, liść sałaty	Waflle ryżowe 2szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt, miód 1 szt / dzieci dodatkowo mus owocowy 1 szt.	en 1150,9 kcal, B 104,9 g T 99,2 g W 310,3 g NKT 26,4 g b1 15,8 g sól 4,1 g cukry 90,5 g	
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty, mus owocowy 1 szt.	Waflle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt. mix tł. 10g, kurczak gotowany 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., miód 1 szt	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g b1 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,5 g	
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 120g, mix. tł. 15g, jajko gotowane 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, ser biały 70 g, mandarynka 100g, liść sałaty	chleb razowy 60g, mix tł. 10g, blok mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120g, mix. tł 15g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., miód 1 szt, sałatka jarzynowa 70g	en 3000,1 kcal, B 118,4 g T 118,9 g W 200,9 g NKT 32,5 g b1 40,1 g sól 7,6 g cukry 119,7 g	

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Wtorek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, 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, kiełbasa

szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, mieszanka płynna, keks

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

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

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

Jajka-jajko, szynceł wp, kluski śląskie

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, twaróg z ziółami 70g, kielbasa krakowska 50g, pomidor 70g, gruska 1 szt.		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszona sztułka mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, trio warzywne z pary 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15, polędwica sopočka 50g, serek rozek 2 szt., ogórek kiszony 70g, melon 100g	en 2554,2 kcal, B 110,2 g T 98,2 g W 308,9 g NKT 30,2 g bł 30,2 g sól 5,7 g cukry 98,5 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, t mix tł. 10g, twaróg z ziółami 70g, kielbasa krakowska 50g, pomidor 70g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, polędwica sopočka 50g, jogurt natu. 1 szt., ogórek 70g, melon 100g	en 2515,6 kcal, B 109,7 g T 75,1 g W 310,1 g NKT 29,2 g bł 29,2 g sól 5,3 g cukry 102,3 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa suwańska mielona 50g, twaróg z ziółami 70g, kielbasa krakowska 50g, pomidor 70g, liść sałaty		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany schab mielony w sosie pomidorowym 60g, marchewka gotowana 120g, trio warzywne z pary, 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), polędwica sopočka 50g, jogurt natu. 1 szt., melon 100g, liść sałaty	en 2279,9 kcal, B 99,7 g T 99,8,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g bł 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło (82%) 10g, twaróg z ziółami 70g, kielbasa krakowska 50g, pomidor 70g, gruska 1 szt.	Serek homogenizowany 1 szt.	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany schab w sosie pomidorowym 60g, sur. z marchewki 60g, trio warzywne z pary 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżiane 1g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, serk rozek 2 szt, ogórek 70g, melon 100g	en 1231,9 kcal, B 61,7 g T 21,7 g W 190,1 g NKT 12,8 g bł 14,7 g sól 3,1 g cukry 89,1 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg z ziółami 70g, kielbasa krakowska 50g, pomidor 70g, liść sałaty	Sok wielowarstwowy 150 ml	Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160 g, gotowany schab mielony w sosie pomidorowym 60g, marchewka gotowana 120g, trio warzywne z pary 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, polędwica sopočka mielona 50g, jogurt natu. 1 szt., ogórek 70g, melon 100g	en 2398,5 kcal, B 110,1 g T 68 g W 368 g NKT 20,1 g bł 23,4 g sól 4,9 g cukry 122,5 g
						en 2161,7 kcal,

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.12.2023

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
						en 2739,5 kcal, B 115,2 g T 99,2 g W 509,3 g NKt 31,2 g Bj 29,8 g sól 6,4 g cukry 99,7 g
ogólna	Makaron na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, szejtkowa 50g, ser Hordland 2 pl, dżem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, smażony kofeł mleczny wpy 70g, sur z białej kapusty z mniszka i pietruszki w sosie zółtym 150g, miks warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zbozowa z młkiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g		Kawa zbozowa z młkiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2511,6 kcal, B 106,2 g T 79,1 g W 296,1 g NKt 29,9 g Bj 28,3 g sól 5,9 g cukry 105,3 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2%, 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, miks tl 10g, szejtkowa 50g, ser bialy 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2098,4 kcal, B 99,9 g T 67,5 g W 329,7 g NKt 29,9 g Bj 31,7 g sól 4,1 g cukry 95,2 g
paplowata	Makaron na mleku 2%, 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, miks tl 10g, szejtkowa mielona 50g, ser bialy 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 90g, miks tl 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 22,5 g W 189,7 g NKt 14,0 g Bj 13,9 g sól 3,8 g cukry 98,8 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2%, 200ml, kawa zbozowa 200ml, miśko 82%, 10g, bułka pszenna 1szt., szejtkowa 50g, ser Hordland 2 pl, dżem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbamin 12g, mnis owosowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, szejtko z pierni karczaska 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2401,5 kcal, B 110,1 g T 68,8 g W 367,2 g NKt 21,1 g Bj 22,8 g sól 5,4 g cukry 125,2 g
wzrostowa	Makaron na mleku 2%, 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, miks tl 10g, ser bialy 70g, pielisny 70g, piase z karczaska gotowanego 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mnis owosowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2099,7 kcal, B 103,9 g T 51,8 g W 96,8 g NKt 20,3 g Bj 26,6 g sól 3,5 g cukry 96,8 g
niskoosodowa	Makaron na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, ser bialy 70g, pielisny 70g, piase z karczaska gotowanego 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Jabł lekkostrawna bez soli		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, pielo got 1 szt., twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2699,5 kcal, B 110,8 g T 100,1 g W 303,9 g NKt 29,9 g Bj 38,9 g sól 6,7 g cukry 121 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2%, 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82%, 10g, szejtkowa 50g, ser Hordland 2 pl, dżem 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herbamin 25g, mnis owosowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smażony kofeł mleczny wpy 90g, sur z białej kapusty z mniszka i pietruszki w sosie zółtym 150g, miks warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z młkiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82%, tl 1,5g, szejtko z pierni karczaska 70g, kiełbasa krakowska parzona 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2701,5 kcal, B 120,8 g T 98,5 g W 290,1 g NKt 22,3 g Bj 41,1 g sól 4,9 g cukry 99,8 g
cukrzykowa	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, szejtkowa 50g, ser bialy 70g, cukrzykowa białej-piasta z karczaska got 50g, ser bialy 70g, pomidor 70g, lise sialny	Wafle rzowne 2szt	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z mniszka i pietruszki w sosie zółtym 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz, bte 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał z oliwy virgin 5g	en 2234,2 kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 328 g NKt 22,5 g Bj 22,9 g sól 3,9 g cukry 93,6 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2%, 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, szejtkowa 50g, ser bialy 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziółami 70g, miodol 100g, miks siał 5g	en 2234,2 kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 328 g NKt 22,5 g Bj 22,9 g sól 3,9 g cukry 93,6 g

						en 1259,5 kcal, B 108,4 g T 99,6 g W 509,9 g NKT 22,4 g Bt 14,2 g sdi 3 g cukry 85,6 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku oślejnym: 300 ml, kawa zbozowa 200ml, bulba pszenna 1 szt., ciach av 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabolko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyka w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owocowy 200 ml	sól, owocowy 1,50 ml	Kawa zboz 200ml, bulba pszenna 1 szt., ciach av 60g, szpinak z pestki kurczaka 50g, deser jogowy 1 szt., melon 100g, mix salat z oliwa virgin 5g	
						en 2099,8 kcal, B 113,4 g T 68,3 g W 273,9 g NKT 20,1 g Bt 25,3 g sdi 3,9 g cukry 105,9 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, ciach bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały polski 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabolko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyka bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sól, owocowy 1,50 ml	Herbata 200ml, mix tl 10g, jabol got 1 szt, twarogek żółty 50g, warle ryzowe 4szt, melon 100g, mix salat z oliwa virgin 5g	
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z ciachem 200ml, ciach av 50g, bulba pszenna 1szt, mix tl 15g, szpinak 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabolko 1 szt.	ciach razowy 80g, mix tl 10g, kielbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyka w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2%, ciachem 200ml, ciach av 90g, bulba pszenna 1szt, mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, twarogek z żółtym 70g, melon 100g, mix salat z oliwa virgin 5g	en 2698,1 kcal, B 103,2 g T 90,4 g W 98,7 g NKT 35,2 g Bt 39,7 g sdi 6,9 g cukry 96,8 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe
- Bt - błonnik

Wykaz składników alergennych: w. jadalospisze w dn. środa 1

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarogek żółty, mieszanka płynna, herbatniki, mies. mleczna, ser Hochland

Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indycy, kawa zbozowa, kawa lina z mlekiem, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, mieszanka płynna, kasza pęczak

Ser i produkty pochodne – wałec ryzowe, szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska

Gorczyca, , szynkowa, kielbasa krakowska, konserwa suwalska

Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane

Ryby- pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.12.2023

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, herbata parowa kawa i szl., camembert 30g, pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszką 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jabłko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczno-ziemniaczana 70g, pomidor 70g	en 2578,5 kcal, B 113,5 g T 99 g W 310,6 g NKT 28,2 g bi 27,8 g sól 5,8 g cukry 102,1 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 wijski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-ziemniaczanym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekkiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2311,6 kcal, B 107,1 g T 79 g W 299,9 g NKT 25,3 g bi 27,1 g sól 4,9 g cukry 105,9 g
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 50g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, serrek wijski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-ziemniaczanym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekkiem 2%, 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g bi 27,9 g sól 4 g cukry 96 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopocka 30g, serrek wijski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-ziemniaczanym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, sernik z pierni kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	en 2254,1 kcal, B 107,8 g T 68,1 g W 368,2 g NKT 20,1 g bi 20,4 g sól 4,9 g cukry 125,1 g
wyzłodowa	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 salaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-ziemniaczanym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekkiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2069,7 kcal, B 103 g T 51,4 g W 96,9 g NKT 19,2 g bi 24,1 g sól 3,5 g cukry 97,9 g
niskosodowa	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 salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-ziemniaczanym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jabłko gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2498,5 kcal, B 110,2 g T 99,8 g W 300,1 g NKT 29,2 g bi 30,3 g sól 5,6 g cukry 123 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, polędwica sopocka 70g, serrek wijski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszką 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, sernik z pierni kurczaka 70g, polędwica drobiowa 70g, pomidor 70g, liść salaty	en 2675,5 kcal, B 113,5 g T 99,8 g W 300,1 g NKT 29,2 g bi 30,3 g sól 5,6 g cukry 123 g

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.12.2023

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 kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, ser biały półtłusty 70g, ser t:ółkąt Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 115,7 g T 100,9 g W 31,7 g NKT 30,2 g bi 28,8 g sól 6,5 g cukry 105,3 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 mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł 10g, twaróg żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 109,1 g T 80,2 g W 30,0 g NKT 23,5 g bi 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
parkowa	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 mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tł 10g, twaróg żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2110,5 kcal, B 100,9 g T 69,8 g W 32,6 g NKT 18,8 g bi 24,6 g sól 3,8 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 70g, ser t:ółkąt Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1109,6 kcal, B 66,6 g T 27,1 g W 19,3 g NKT 12,1 g bi 12,1 g sól 3,1 g cukry 88,1 g
wrzołowa	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 śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł 10g, twaróg żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2135,2 kcal, B 108,2 g T 68,4 g W 36,1 g NKT 19,3 g bi 19,5 g sól 4,1 g cukry 126 g
niśkosłowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł 10g, twaróg żółtawy 70g, schab gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2389,6 kcal, B 109 g T 79,9 g W 30,4 g NKT 23,6 g bi 25,2 g sól 4,4 g cukry 103,3 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	Galaretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser t:ółkąt Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2562,4 kcal, B 111,4 g T 99,9 g W 30,5 g NKT 25,4 g bi 25,2 g sól 4,5 g cukry 124 g
cukrzyowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz,bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, twaróg żółtawy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzyowa b/c cukrzak gotowany 50g)	en 2331,1 kcal, B 105,5 g T 98 g W 29,8 g NKT 19,9 g bi 28,6 g sól 3,9 g cukry 99,9 g

							en 2199,5 kcal, B 93,4 g T 71,3 g W 365,2 g NKT 18,9 g Bt 18,8 g sól 3,1 g cukry 100 g
wałtorbowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	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			Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, twaróg żółty 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty		
bezmleczna/ dzieci bm	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1 szt., hummus 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml Kalafiorowa bez smietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur: z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml			Wafle ryżowe 2szt Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schar gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.		en 1299,5 kcal, B 109 g T 99,9 g W 310,9 g NKT 20,1 g Bt 13,5 g sól 3,3 g cukry 90,4 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., 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			Wafle ryżowe 2szt Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, masło orzechowe 50g, schar gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.		en 2055,8 kcal, B 99,9 g T 68,2 g W 275,1 g NKT 20,2 g Bt 23,2 g sól 3,9 g cukry 104,9 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, jajo got 1szt., papryśka 50g			Kawa zboż 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, twaróg żółty 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty		B 102,9 g T 93,1 g W 101,2 g NKT 34,2 g Bt 33,2 g sól 5,1 g cukry 98,5 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe
Bt – błonnik

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dni piątek 1
Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tl, masło 82%, kawa z mlektem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem
Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalifiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, kasza jęczmienna, pieczywo, kawa linka z mlektem, mieszanka mleczna, szynkowa, kopytka z masłem,
Seier- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa
Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser solowy
Jajło – jajło got, biszkopty, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku
Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.12.2023 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
						en 2675,2 kcal, B 110,2 g
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g., sermowa 70g, ser Hochland 2 pl.,jablko 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 zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, jablko 1 szl., krakowska 50 g, ciemnobr 30g, sir z marchewki 70g, marmurka 100g	T 99,2 g W 310,3 g NKT 33,2 g bł 29,1 g sól 5,8 g cukry 100,3 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, serdelek 1szl, paszeta 50g, jablko 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, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	B 108,9 g T 79,9 g W 310,4 g NKT 30,2 g bł 26,2 g sól 5,9 g cukry 109,9 g
paplowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, serdelek mielony 1szl, paszeta 50g, jablko gotowane 1 szl., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb zw 90g, mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl	en 2190,8,6 kcal, B 107,9 g T 80,3 g W 311,5 g NKT 30,2 g bł 26,1 g sól 5,9 g cukry 109,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, serdelek 1 szl., paszeta 50g, jablko 1 szl., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, - pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szl., masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl.,	en 1240,9 kcal, B 61,9 g T 21,9 g W 193,5 g NKT 13,3 g bł 15,3 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 10g, serdelek mielony 1szl, paszeta 50g, jablko gotowane 1 szl., pomidor 70g	Chrupki kukurydżane 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, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl.	en 2387,5 kcal, B 109,9 g T 68 g W 375 g NKT 20 g bł 23,5 g sól 4,9 g cukry 129,9 g
miskorodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, jajo got 1 szl, schab gotowany 50g, jablko 1 szl., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, filet kurczacz gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2225,3 kcal, B 108,1 g T 78,8 g W 309,7 g NKT 27,7 g bł 26,2 g sól 4,8 g cukry 110,6 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szl., masło (82%) 15g, szarykowa 70g, ser Hochland 2 pl.,jablko 1 szl., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka 60g, - gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szl.	Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szl., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szl	en 2699,9 kcal, B 110,3 g T 98,9 g W 313,5 g NKT 30,7 g bł 28,5 g sól 5,5 g cukry 107,8 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdelek 1 szl., paszeta 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz, b/c, jajo got, 1 szl, schab gotowany 50g)	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, - gotowana fasolka szparagowa zółta 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, liśc saliny	en 2385,9 kcal, B 109,2 g T 79,7 g W 315,1 g NKT 28,9 g bł 26,9 g sól 5,5 g cukry 110,9 g

					en 2290,1 kcal. B 98,2 g T 72,7 g W 367,5 g NKT 20 g bi 23,6 g soli 4,9 g cukry 130 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., serdeczek mielony 1szt., pasztet 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makrelem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.
dzieci beznieczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., serdeczek 1szt., pasztet 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makrelem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz. z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, jablko 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, melon 100g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajko got. 1 szt., serek gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makrelem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tl 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa / cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, kisiel 80g, sałatki	Rosół z makrelem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboz. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2135,5 kcal. B 115,7 g T 68,8 g W 274,6 g NKT 22,6 g bi 26,5 g soli 4,5 g cukry 109,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna
 B – białko ogółem
 T – tłuszcz
 W – węglowodany ogółem
 NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe
 bi – błonnik

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Sobota 1.

Mleko (łącznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, zupa z zielonego groszku, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa 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, pasztet, kawa zbozowa z mlekiem, wędliny, serdeczek, krakowską, mieszanka płynna, sos musztardowy, sos pomidorowy, kawa zbozowa, konserwa szałwiska
 Seler- Zupa z zielonego groszku, szynkowa, serdeczek, krakowska, pasztet
 Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, szynkowa, serdeczek, krakowska, pasztet wp, deser sojowy
 Gorczyca- serdeczek, krakowska, szynkowa, serdeczek, krakowska, pasztet wp, deser sojowy
 Jajko i prod. pochodne— jajko, paluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 01.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
						en 2672,2 kcal, B 110,5 g T 98,1 g W 308,8 g NKT 30,3 g bł 29,9 g sól 6,4 g cukry 99,6 g
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, dzem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopocka 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, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml			Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2455,6 kcal, B 108,8 g T 74 g W 309,7 g NKT 26,3 g bł 28,5 g sól 54,9 g cukry 101,4 g
paplowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2220,2 kcal, B 99,6 g T 66,3 g W 328,5 g NKT 19,6 g bł 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,2 g en 2250,2 kcal
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wale ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % i szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw. 60g, kielbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1220,8 kcal, B 61,9 g T 21,9 g W 193,1 g NKT 12,9 g bł 14,5 g sól 3,6 g cukry 89,8 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, sopocka 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., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty20g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2352,2 kcal, B 102,3 g T 68,1 g W 366,9 g NKT 19,1 g bł 21,5 g sól 4,5 g cukry 122,7 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, serniak gotowany 50g, jabłko 1szt., 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 2138 kcal, B 105,4 g T 51,7 g W 95,4 g NKT 19,7 g bł 29,4 g sól 3,3 g cukry 95,7 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrymonem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wale ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % i szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2650,1 kcal, B 110,6 g T 98,2 g W 308,6 g NKT 30,5 g bł 29,6 g sól 6,5 g cukry 99,6 g

cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liśc sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2500,9 kcal, B 120,5 g T 89,7 g W 282,8 g NKT 20,1 g bi 38,8 g sól 5,5 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, 1 twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, , filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jajko gotowane 1szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2205,1 kcal, B 91,6 g T 73,7 g W 329 g NKT 19 g bi 21 g sól 4,6 g cukry 95,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, sopočka 50g, jabłko 1szt., liśc sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku b.śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1178,9 kcal, B 105,5 g T 96,4 g W 304,8 g NKT 24,5 g bi 15,9 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liśc 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, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2179,5 kcal, B 114,2 g T 86,7 g W 274,6 g NKT 23,6 g bi 27,6 g sól 4,6 g cukry 105,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł.5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1szt., liśc sałaty	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g , sur. z kapuszy pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł.15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2760,4 kcal, B 107,5 g T 91,9 g W 95,9 g NKT 37,2 g bi 42,8 g sól 6,7 g cukry 95,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B – białko ogółem
- T – tłuszcz
- W – węglowodany ogółem
- NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe
- bi – bionik

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, sopočkaschabowy wp, filet w sosie

Seler– zupa obiadowa; rosół, szynkowa, ogórek z sosie ziołowym, sopočka

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, szynkowa, sopočka, deser sojowy

Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, sopočka

Jajło—jajło gotowane, biskopcy, schabowy wp.