

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.11.2023 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 cukiern 200ml, cięciab aw 30g, bułka pszenna 150g, masło 82% 10g, ser białe z cytrynowym 50g, ser białe 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kasza wprzona 150g w kąpieli 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, cięciab aw 60g, bułka pszenna 150g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, serek wędlin 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	em 2478,5 kcal. B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bz 30,2 g sól 5,6 g cukier 98,8 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, ser białe z cytrynowym 50g, ser białe 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, cięciab aw 60g, bułka pszenna 150g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, ser białe 50g, liść sałaty	em 2279,9 kcal. B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g Bz 30,9 g sól 3,9 g cukier 94,1 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, ser białe z cytrynowym 50g, ser białe 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	em 1230,5 kcal. B 61,3 g T 20,8 g W 183,5 g NKT 13,2 g Bz 15,7 g sól 2,8 g cukier 88,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, ser białe z cytrynowym 50g, ser białe 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Mas owocowy 1 szt.	Hurtownia z cukiern 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, serek wędlin 50g, pomidor 70g, liść sałaty	em 2490,5 kcal. B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 22,3 g Bz 25,8 g sól 4,3 g cukier 119,5 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, ser białe z cytrynowym 50g, ser białe 50 g, ziem. 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, cięciab aw 60g, bułka pszenna 150g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	em 2141,7 kcal. B 104,2 g T 51,2 g W 95,6 g NKT 20,7 g Bz 29,9 g sól 3,3 g cukier 95,6 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciab aw 60g, bułka pszenna 150g, masło 82% 10g, ser białe 70g, serek wędlin 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jabłko pokrojone, bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	em 2478,5 kcal. B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bz 30,2 g sól 5,6 g cukier 122,2 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, cięciab aw 90g, bułka pszenna 150g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, ser białe 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukier do smaku 50g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 250g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mas owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, cięciab aw 30g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	em 2679,5 kcal. B 118,6 g T 87,5 g W 370,2 g NKT 36,1 g Bz 40 g sól 5,3 g cukier 98,8 g
cykliczna	Kawa zbożowa z cukiern 200ml, cięciab aw 100g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, ser białe 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukier do smaku 50g	Sok pomidorowy 150ml, piwko	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukiern 200ml	cięciab aw 30g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	Kawa zbożowa z cukiern 200ml, cięciab aw 100g, masło 82% 10g, przysmak siewalski 50g, kefir 1 szt., cukier do smaku 50g	

wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciacho z aw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, polewanka sopočka mleczna 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty	Bruszc/ bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa 200ml, mleko 2% 200ml, ciacho z aw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, tuńczyk 5g	en 2286,5 kcal. B 88,2 g T 74,4 g W 22,4 g NKT 20 g Bt 26,3 g sól 3,1 g cukier 98,5 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., polewanka sopočka 50g, deser sojowy 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Bruszc/ bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Nis owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka polędwiczka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 189,9 kcal. B 106,9 g T 96,7 g W 305,8 g NKT 25,4 g Bt 16,2 g sól 3,1 g cukier 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, ciacho bezglutenowy 90g, min 10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 50g, sernik gotowany 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Bruszc/ zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Nis owocowy 1 szt.	Herbat 200ml, wałec ryżowy 4szt., min 10g, deser kurczak gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2181,5 kcal. B 114,4 g T 68,6 g W 273,3 g NKT 24 g Bt 27,1 g sól 4,7 g cukier 107,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciacho z aw 60g, bułka pszenna 1szt, min 10, 5g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, polewanka sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Bruszc/ zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, sernik duszony 60g w sosie pomidorowym, szynka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa 200ml, mleko 2% 200ml, ciacho z aw 60g, bułka pszenna 1szt, min 10, 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiśniowy 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2759,1 kcal. B 107,6 g T 91,9 g W 95,7 g NKT 38,7 g Bt 44,7 g sól 7,12 g cukier 95,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

Bt – bionnik

Wykaz składników alergennych: w Jądrospis w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktacją) – kasza manna na mleku, barszcz zabieleny, młk tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekami, warzynek ziołowy, serek wiśniowy, kefir, miesz. mleczna,

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieleny, kawa zbożowa z mlekami, kielbasa wieprzowa, polędwiczka sopočka, szynka polędwiczowa, przysmak suwalski, miesz. mleczna,

kawa zbożowa, sernik duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieleny, wędliny: polędwiczka sopočka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwiczowa

Soja i produkty pochodne –wałec ryżowy, polędwiczka sopočka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwiczowa, deser sojowy

Gończyca- polędwiczka sopočka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwiczowa

Jajka- jajo gotowane, kotlety sojowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.11.2023

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, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, olej 10g, masło 82% 10g, serek 15g, jogurt 50g, gruska 1 szt., march 5g, pszenka 1 szt., march 5g		Pomidorowa z mięsem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur z kiszonych kapusty z zrazem 150g, kalerion na parze z piekarni śródczeka 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, ciasto zw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, pasza mrogowocetrzazowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, winogrono 100 g	cm 2574,2 kcal, B 110,2 g T 97,2 g W 308,9 g NKT 30,2 g bi 30,2 g sól 5,7 g cukry 99,5 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, olej 10g, masło 82% 10g, serek 15g, jogurt 50g, gruska 1 szt., march 5g		Pomidorowa z mięsem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczak 60g w sosie koperkowym, sur z kiszonych 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, ciasto zw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, serek 15g, pasza konserwowa 50g, ogórek 70g, miks serek	cm 2279,9 kcal, B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g bi 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 g
papkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciasto ow 90g, miks 10g, kasza ryżowa mielona 50g, pszenka 1 szt., march 5g, banan 1 szt., march 5g		Pomidorowa z mięsem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczak 60g w sosie koperkowym, kalerion gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, ciasto zw 90g, miks 10g, serek 15g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, winogrono 100g	cm 1230,9 kcal, B 61,8 g T 21,6 g W 190,1 g NKT 12,8 g bi 14,7 g sól 3,1 g cukry 89,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, kasza ryżowa mielona 50g, pszenka 1 szt., march 5g	Chrupki kukurydziane 10g, banan 1 szt.		Sos jabłkowy 100 % 1 szt.		cm 2391,3 kcal, B 109,9 g T 68 g W 368 g NKT 20,1 g bi 23,4 g sól 4,9 g cukry 122,6 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, kasza ryżowa mielona 50g, pszenka 1 szt., march 5g	Chrupki kukurydziane 10g		Sos owocowy 150ml		cm 2141,7 kcal, B 104,2 g T 51,2 g W 95,6 g NKT 20,7 g bi 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g
niskosodowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, serek 15g, jogurt 50g, gruska 1 szt., march 5g		Pomidorowa z mięsem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczak 60g w sosie koperkowym, kalerion gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, serek 15g, pasza konserwowa 50g, ogórek 70g, miks serek	cm 2748,5 kcal, B 110,9 g T 99,9 g W 302,1 g NKT 29,9 g bi 30,9 g sól 6,8 g cukry 120,1 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, kasza ryżowa mielona 50g, pszenka 1 szt., march 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z mięsem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur z kiszonych kapusty z zrazem 150g, kalerion na parze z piekarni śródczeka 150g, kompot owocowy 200ml	Sos jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z makiem 2% 200ml, ciasto ow 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 10g, serek 15g, pasza konserwowa 50g, ogórek 70g, winogrono 100g	cm 2748,5 kcal, B 110,9 g T 99,9 g W 302,1 g NKT 29,9 g bi 30,9 g sól 6,8 g cukry 120,1 g

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.11.2023

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłków
ogólna	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Zupa ogólnowa 300ml, kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem 29g i cukrem 200ml, chleb z aw 90g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2765,5 kcal, B 115,2 g T 99,2 g W 330,3 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g
lekkostrawna	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, buldak poszoma 150g, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2511,6 kcal, B 102,2 g T 79,1 g W 280,1 g N 61,1 g N 61,1 g W 28,3 g B 28,3 g S 6,4 g c.c.c. 105,3 g
paplowata	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2098,4 kcal, B 59,9 g T 67,5 g W 109,7 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g
dziedzielnia	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2242,9 kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 278,9 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g
wzrostowa	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2059,7 kcal, B 103,9 g T 51,9 g W 98,9 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g
niekwasowa	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2659,5 kcal, B 112,9 g T 102,9 g W 330,3 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g
ciężka	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2701,5 kcal, B 120,9 g T 98,9 g W 290,3 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g
wzrostowa	Nakładem na mięsno 29g, 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb z aw 60g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kasza prosoja 160g, gotowany ryż 160g, miodowy wy 90g, ser żółty 100g, ziemniaki 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.		Kawa ziołowa z mniszkiem i cukrem 200ml, chleb z aw 60g, buldak poszoma 150g, miks 15g, ser żółty 70g, pomidorki 2 szt, ziemniaki 1 szt, jajeczko 1 szt, pieczywo 70g.	en 2234,2 kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 278,9 g N 67,3 g N 67,3 g W 29,3 g B 29,3 g S 6,4 g c.c.c. 55,7 g

[illegible]

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

ent - wartość energetyczna

— dia'ko o'go'tem

T-145202

W – waga owoców ogółem;

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

57-21071

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. środy 1

Mleko [pazrje z kazein] - masekati na mlieku, mix it... maso 82%, kawa zrozkovana, vlna svetlozeleno-oliva se tiepi, tvorakovi zidovny miazkany plimna, horaprikki, mlieka, mliecna ser hochland
Zdobaj zjav, dze zlezen zuba mlezna, zuba mlezna, zuba mlezna, kofie mlezna na duche, hachy, kawa zrozkovana, kawa niebia, 3 mliecna, syrenkova, krasnys krasovsko, koverstvo swalske, mleziane pylny, kasa zapiek
Sofia - zjav obchody, kuzynki, ogokovne, zrynkova, kufelasy krasovsko, koverstvo swalska

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, deser sojowy

Gorczyca, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa salsiśke

eritix, kollet, nieorty, pulpet, jajo go:owane

RYBY-POS:AWAOWO-YD'IA

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.11.2023

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 1szt., min ii 10g, kebabu owocowa 1 szt., ciemnobr 50g, pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa fasolowa 300ml, mięsaczka z sosiem truskawkowo-jabłkami i bazylią 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, przysmak szałwiaki 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2578,5 kcal, B 113,5 g T 99 g W 310,6 g NKT 26,2 g Bt 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 1szt., min ii 10g, bisk miodowy 50g, serek wiśniowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, mięsaczka z sosiem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodkiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, przysmak szałwiaki 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2311,6 kcal, B 107,1 g T 79 g W 299,9 g NKT 25,3 g Bt 27,2 g sól 4,9 g cukry 105,9 g
paplowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, min ii 10g, bisk miodowy 50g, serek wiśniowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, mięsaczka z sosiem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbożowa z miodkiem 2% 200ml, chleb zw 90g, min ii 10g, przysmak szałwiaki 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2108,4 kcal, B 99,9 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g Bt 27,9 g sól 4 g cukry 96 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, bisk miodowy 50g, serek wiśniowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jujwka 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, mięsaczka z sosiem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 100ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szałwia z pietruszką 30g, polewka drożdżowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 25,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wzrostowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, bisk miodowy 50g, serek wiśniowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml, mięsaczka z sosiem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 200ml	Kawa zbożowa z miodkiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, przysmak szałwiaki 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1254,1 kcal, B 107,8 g T 68,1 g W 368,2 g NKT 20,1 g Bt 20,4 g sól 4,9 g cukry 125,1 g
niskosolowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, serek miodowy 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, mięsaczka z sosiem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, szałwia z pietruszką 30g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2069,7 kcal, B 103 g T 51,4 g W 36,9 g NKT 19,2 g Bt 24,1 g sól 3,5 g cukry 97,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 3% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, polewka drożdżowa 70g, serek wiśniowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jujwka 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona papryka z ryżem z jajkami i bazylią 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbożowa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., min ii 10g, szałwia z pietruszką 30g, polewka drożdżowa 70g, pomidor 70g, liść salaty	en 2498,5 kcal, B 110,2 g T 99,8 g W 320,1 g NKT 29,2 g Bt 30,3 g sól 5,6 g cukry 123 g

CUKRY CIOWA	Kawa zbożowa 60g, 200ml, cięciw razowy 100g, młyn 10g, białe mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa białej - szary gotowany 50g, ołówek kasowy 70g, liść senny	Cięciw razowy 30g, kaszawica 20g	Zupa koperkowa bez śmietany 200ml, ziemniaki 200g, selen gotowany w sosie brokułowym 60g, szpinak z kiszanką 60g, 120g, kaszanka razowa 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2 szt	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, cięciw razowy 100g, młyn 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt, cukrzykowa białej - szary gotowany 1 szt, kasza 1 szt, pomidor 70g, liść senny	g 140,5 g t 98,8 g w 251,8 g NKT 21,3 g Bt 37,5 g sól 4,9 g cukry 99,9 g
WĄTROBOWA	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciw razowy 60g, biała pszenica 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 100g, liść senny		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa 200ml, cięciw razowy 200ml, cięciw razowy 60g, biała pszenica 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść senny	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, biała pszenica 1szt., polędwica szpinakowa 50g, deser jogowy 1 szt., pomidor 100g, liść senny	Sok owocowy 150 ml	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, selen gotowany w sosie brokułowym 60g, szpinak z kiszanką 60g, fasola na porzą 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zbożowa 200ml, biała pszenica 1szt., cięciw razowy 60g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść senny	en 1365,5 kcal, B 109,9 g T 99,9 g W 310,5 g NKT 24,5 g Bt 14,5 g sól 3,4 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Rz na mleku 250ml, herbatka 200ml, cięciw bezglutenowy 90g, młyn 10g, selen gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 100g, liść senny	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, selen gotowany 60g, szpinak z kiszanką 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbatka 200ml, wafle ryżowe 4szt., młyn 10g, polędwica szpinakowa 50g, pomidor 70g, liść senny	en 2669,8 kcal, B 110,4 g T 66,1 g W 274,2 g NKT 20,8 g Bt 24,3 g sól 3,9 g cukry 105,9 g
przy niedobrościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, cięciw razowy 60g, biała pszenica 1szt., młyn 10g, białe mielony 50g, selen gotowany 50g, pomidor 100g, liść senny	Cięciw razowy 80g, młyn 10g, szpinakowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami 100g, biała pszenica 250g, kaszanka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, cięciw razowy 60g, biała pszenica 1szt., młyn 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść senny		en 2698,9 kcal, B 103,9 g T 92,4 g W 99,9 g NKT 31,2 g Bt 36,7 g sól 6,9 g cukry 98,5 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodory ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

Bt - błonnik

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie Ciwerek 1

Mleko (kazein) z laktozą) — kasza, selen, kasza na mleku, młyn, młyn, masło 62% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, kaszanka, makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa laska z mlekiem, mleczanka mleczna, ciasto drożdżowe, pasta bułdano-twarogowa, jogurt naturalny, Zupa zawierająca gluten, kasza jęczmienna na mleku, pieczono, makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa laska z mlekiem, mleczanka mleczna, ciasto drożdżowe, pasta bułdano-twarogowa, jogurt naturalny, Selen, zupa fasolowa, chlopska, wędliny, parówka, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, Gortyca, zupa fasolowa, wędliny, parówka, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Selen, zupa fasolowa, chlopska, wędliny, parówka, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, Gortyca, zupa fasolowa, wędliny, parówka, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Jajo — jajo gotowane, przy ziemniaczane

Sól — przysmak suwalski, kiełbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser solowy

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywczego i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 15g, ser topiony 50g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 15g, ser biały półtłusty 70g, ser topiony 50g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g	B 115,7 g T 100,9 g W 311,7 g NKT 30,2 g B 29,6 g sól 6,5 g cukry 105,3 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, jabłko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., młk sfer 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 zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
parlowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciętybł zw 90g, młk 1 10g, jabłko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., młk sfer 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 zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 90g, młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, jabłko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., młk sfer 5 g	Galerka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 160g, smazony dorsz w jajku 60g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 70g, ser topiony 50g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., młk sfer 5 g	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, jabłko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., młk sfer 5 g	Sól owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez smalcu 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
miskondowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
dziewi starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciętybł zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jabłko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., młk sfer 5 g	Galerka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smazony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 90g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
kulturna	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, ciętybł razowy 100g, młk 1 10g, jabłko gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, młk sfer 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez smalcu 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Sól puszkowa 150 ml, ciętybł zw 60g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	Kawa zioł. z mlekłem 2% i cukrem 200ml, ciętybł zw 90g, bułka pszenna 1 szt., młk 1 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., serek 1 szt., serek z młkłem 100g, liść salaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g B 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g

warstwowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, ciacho zw 60g, bułka pszenna 1szt., jablko z 2 jablek gotowane 1szt., ser biały 70g, miod 1 szt., jablko gotowane 1 szt., miks serek 5 g		Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z makiem 2%, 200ml, bułka pszenna 1szt., ciacho zw 60g, twarog z jogurt 70g, dzem 1 szt., serek z tuczakiem 100g, jesc serek	en 2159,9 kcal, B 93,4 g T 71,3 g W 35,2 g NKT 76,9 g Bt 18,8 g sól 3,1 g cukry 108 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryz na mleku roslinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miod 1 szt., jablko 1 szt., miks serek 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 ryzowe 2szt	Kawa zboz 200ml, bułka pszenna 1szt., maslo orzechowe 50g, serek gotowany 50g, jesc serek, dzem 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 3,8 g cukry 80,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, herbata 200ml, ciacho bezglutenowy 80g, miks 4 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miod 1 szt., jablko 1 szt., miks serek 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 ryzowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., miks 4 10g, maslo orzechowe 50g, serek gotowany 50g, jesc serek, dzem 1 szt.	en 2055,6 kcal, B 99,9 g T 68,2 g W 275,1 g NKT 28,2 g Bt 23,2 g sól 3,9 g cukry 104,9 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, ciacho zw 60g, bułka pszenna 1 szt, miks 3 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miod 1 szt., jablko 1 szt., miks serek 5 g	ciacho ryżowy 80g, miks 4 10g, jajo got 1szt., pupaśka 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz 200ml, ciacho zw 60g, bułka pszenna 1szt., miks 4 15g, twarog z jogurt 70g, dzem 1 szt., serek z twarogiem 100g, jesc serek	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 - węglowodory ogółem
NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe
Bt - błonnik

Wykaz składników odżywczych w jednostkach w 100g:

Veko (raznie z pakow) - ryż na mleku, kawa zbozowa, kalafiorowa, szaszlikowa, miks 4, maslo 82%, kawa z makiem, serek gotowy, kodynsa z maslem, Zocza zawieszajace glutein - szaszlikowa, kalafiorowa, szaszlikowa, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskopci, kawa lina z makiem, mieszanka mleczna, saszlikowa, kodynsa z maslem, Sola i produkty pochodne - wafle ryżowe, deser solony

Jajo - jajo got., biskopci, serek jajo laczny, kodynsa z maslem, dorsz w jajo

Ryzy - dorsz w jajo, dorsz na parze

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 02.12.2023 r.

Podaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dieta wartości odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g		Rosół z mięsem 300ml, ziemniaki 200g, pieczenie udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jarmużem 150 g, gotowana fasolka sprzągniona z oliwą 150g, kasza 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 118,2 g T 99,2 g W 310,3 g NKT 33,2 g Bt 29,1 g sól 5,8 g cukier 100,5 g
lekkostrawna	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g		Rosół z mięsem 300ml, ziemniaki 200g, pieczenie udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jarmużem 150 g, gotowana fasolka sprzągniona z oliwą 150g, kasza 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	B 108,9 g T 79,9 g W 310,4 g NKT 30,2 g Bt 26,2 g sól 5,9 g cukier 109,9 g
przebiegowa	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g		śniadanie lekkostrawne		Kawa zboż z mlekiem 2%, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 187,9 g T 80,3 g W 311,5 g NKT 30,2 g Bt 26,1 g sól 5,9 g cukier 109,9 g
dieta dla 1 i 3	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z mięsem 300ml, ziemniaki 200g, pieczenie udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jarmużem 150 g, gotowana fasolka sprzągniona z oliwą 150g, kasza 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 300ml, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 61,9 g T 21,9 g W 193,5 g NKT 13,2 g Bt 15,3 g sól 3,5 g cukier 90,6 g
wzrostowa	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z mięsem 300ml, ziemniaki 200g, pieczenie udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jarmużem 150 g, gotowana fasolka sprzągniona z oliwą 150g, kasza 200ml	Sól owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem 2%, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 109,8 g T 68 g W 375 g NKT 20 g Bt 23,5 g sól 4,9 g cukier 129,9 g
niekwasotowa	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g		śniadanie lekkostrawne		Kawa zboż z mlekiem 2%, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 225,3 kcal. B 108,1 g T 78,8 g W 309,7 g NKT 27,7 g Bt 26,2 g sól 4,8 g cukier 110,6 g
dieta starze	Plaśki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z mięsem 300ml, ziemniaki 200g, pieczenie udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jarmużem 150 g, gotowana fasolka sprzągniona z oliwą 150g, kasza 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2%, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 110,3 g T 98,9 g W 313,5 g NKT 30,7 g Bt 28,5 g sól 5,5 g cukier 107,8 g
ciężka	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z mięsem 300ml, ziemniaki 200g, pieczenie udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jarmużem 150 g, gotowana fasolka sprzągniona z oliwą 150g, kasza 200ml	Kasza 150ml	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1 szt., min 1 l. 10g, soki owocowe 70g, ser 100g, jogurt 1 szt., ogórek 70g	całkowicie kcal. B 109,2 g T 79,7 g W 313,1 g NKT 28,9 g Bt 26,9 g sól 5,5 g cukier 110,9 g

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 03.12.2023 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Półwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa ziołowa z cukrem 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 15g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jableko 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 100g, smaczny sernikowy wp. panierowany 90g, sos: z kapuśy pekńskiej 150g, kalerion z parcy 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2672,2 kcal, B 110,5 g T 98,1 g W 308,8 g NKT 30,3 g Bj 29,9 g sól 6,4 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa ziołowa 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jableko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczakowy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sos: z kapuśy pekńskiej 120g, kalerion z parcy 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2455,6 kcal, B 108,6 g T 74 g W 309,7 g NKT 26,3 g Bj 28,5 g sól 5,4 g cukry 101,4 g
pyrkowata	Jak lekkostrawna - ciacho zw 90g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jableko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jableko gotowane 1 szt., kalerion gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 1220,2 kcal, B 99,6 g T 66,3 g W 328,5 g NKT 19,6 g Bj 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,2 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, herbata 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 30g, polędwica sopočka 30g, jableko 1 szt., liść sałaty	Wate ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jableko gotowane 1 szt., kalerion gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100% i 1 szt.	Herbata z cukrem 300ml, masło (82%) 10g, ciacho zw 60g, kielbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2362,2 kcal, B 102,3 g T 68,1 g W 366,9 g NKT 19,1 g Bj 21,5 g sól 4,5 g cukry 122,7 g
wizodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jableko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jableko gotowane 1 szt., sałatki gotowane 120g, kisiel 200ml	Biszkopty 20g	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2138 kcal, B 105,4 g T 51,7 g W 85,4 g NKT 19,7 g Bj 29,4 g sól 3,3 g cukry 95,7 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa ziołowa 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jableko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, ciacho zw 90g, min 4: 10g, sernik wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2650,1 kcal, B 110,6 g T 98,2 g W 308,6 g NKT 30,5 g Bj 29,6 g sól 6,5 g cukry 99,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa ziołowa z cukrem 200ml, ciacho zw 120g, min 4: 15g, twaróg ze smietaną, cukrem i cynamonem 70g, polędwica sopočka 50g, jableko 1 szt., liść sałaty	Wate ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 70g, smaczny sernikowy wp. panierowany 90g, sos: z kapuśy pekńskiej 150g, kalerion z parcy 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100% i 1 szt.	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, ciacho zw 120g, min 4: 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	

cukrzykowa	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, ciacho razowy 100g, mix 4:10g, twarożek z pepsy kg; zieleń 70g, sopočka 50g, liść salaty, ogórek 70g	ciacho 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 zboz bez cukru 200ml, ciacho razowy 100g, mix 4:10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2500,9 kcal, B 120,5 g T 86,7 g W 282,8 g NKT 20,1 g Bt 38,8 g sól 5,5 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, ciacho zw 90g, 1 twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść salaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z makiem 2% 200ml, ciacho 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 Bt 21 g sól 4,6 g cukry 95,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, ciacho zw 60g, sacho gotowany 50g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapuszy pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboz z makiem 2% 200ml, ciacho zw 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, sacho gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1178,9 kcal, B 106,6 g T 96,4 g W 304,8 g NKT 24,5 g Bt 16,9 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, hercata 200ml, ciacho bezglutenowy 90g, mix 4:10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, sacho gotowany 50g, jabłko 1szt., liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 70g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Hercata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix 4:10g, sacho wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2179,5 kcal, B 114,2 g T 88,7 g W 274,6 g NKT 23,6 g Bt 27,6 g sól 4,6 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa bez cukru 200ml, ciacho zw 120g szt., mix 4:5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytryną 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść salaty	ciacho razowy 80g, mix 4:10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczaka gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapuszy pekińskiej 150g, kalafior z pory 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z makiem 2% 100ml, ciacho zw 120g, mix 4:15g, 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 Bt 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

Bt - bionnik

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. Niedziela 1.1:

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, sopočkashabowy 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

Jajko – jajko gotowane, biskopki, sachoowy wp.