

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.09.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, bułka pszenna 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g, w. kapuszczyk 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warzonek ze szczyptnikiem i cebulą 70g, szynka polewiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2581,8 kcal. B 108,3 g T 99,2 g W 371,7 g NKT 28,8 g bl 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser białe z cytrynanem i cukrem 70g, polewica sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokol na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal. B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bl 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser białe z cytrynanem 30g, polewica sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokol na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polewiczowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bl 15,7 g sól 2,8 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokol na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warzonek ze szczyptnikiem i cebulą 70g, szynka polewiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bl 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
<b>culkryzowa</b>	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce bis-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokol na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt.; cukrzyce bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal. B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bl 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polewica sopočka miodna 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokol na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal. B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bl 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokol na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal. B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 230ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1 szt mix tl 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jajko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajko got. 1 szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bł 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g
<p>en - wartość energetyczna  B – białko ogółem  T – tłuszcz  W – węglowodany ogółem  NKT – nasycone kwasy tłuszczowe  bł – błonnik  sól – sól  cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1.</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktorą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, twarogowe sery i kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty  Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z makiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabieliany, wedliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa</p> <p>Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa</p> <p>Gorczyca– polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa</p> <p>Jaja- jajo gotowane</p>						

# WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 01.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa sprżankowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony szynceł z karczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zupawiną 150g, kaliafor na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta tnarogowo-chirzanowa 70g, szyńska konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2415,8 kcal, B 106,6 g T 78,7 g W 348,9 g NKT 35,3 g Bt 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
<b>lekkostrawna</b>	Ryz na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa sprżankowa 50g, paszeta wp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kasp pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g, ser biały 70g, szyńska konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g Bt 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 sztuka, schab gotowany 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, kaliafor gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jablkowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szyńska konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g Bt 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
<b>dzieci starsze</b>	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa sprżankowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szynceł z karczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zupawiną 150g, kaliafor na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jablkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szyńska konserwowa 30g, ogórek 50g, pomarańcz 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,3 g Bt 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa sprżankowa 50g, paszeta wp. 50g, ogórek kiszony 50g, nuciola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, sur. z kasp pekińskiej 120g, sur. z kiszonej kapusty z zupawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, ser biały 70g, szyńska konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g Bt 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g
<b>wątrobowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa sprżankowa 50g, paszeta wp. 50g, bułka gotowanaego jaja 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g, w sosie koperkowym, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szyńska konserwowa mleciona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2381,2 kcal, B 105,5 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g Bt 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniak 200g, gotowany filet kurczecy 60g, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g Bt 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., trucha 5g</p>	<p>chleb razowy 60g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, ogórek 50g</p>	<p>Pomidory z makiem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczak 90g, w sosie koperkowym, ser z kap. pekalskiej 150g, miodowa potrawna na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sals</p>	<p>en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bl 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g</p>
<p><b>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</b>  en - wartość energetyczna  B - białko ogółem  T - tłuszcz  W - węglowodany ogółem  NKT - nasycone kwasy tłuszczowe  bl - błonnik  sól - sól  cukry - cukry</p>					
<p><b>Wykaz składników alergennych: w jądłosisie, w dn. wtorek 1:</b>  Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa, mix tl., masło 82%, kawa z makiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makiem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z makiem, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna  Selier- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,  soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa  Gorczyca- kielbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa,  Jajka- jajko, szynki z kurczaka</p>					

# ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 02.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, sziwkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpek kolief miodowy 90g, sur z białej kapusty z mniszewska i piecem w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, pasta twarogowa-rybnar ze szczypiotkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, banana 1 szt., mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2418,1 kcal, B 50,1 g T 83,3 g W 371,1 g NKt 31,2 g Bt 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, mix tl 10g, sziwkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpek indywy w sosie własnym 60g, buczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 10g, konserwa szałwiśka 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280,9 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt, sziwkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herdaniaki 25g, mus owocowy 1 szt	Krupnik 200ml, kasza pszenk 100g, gotowany pulpek indywy 60g, w sosie własnym, buczki 60g, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml		Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, sziwka z pieśni kuczerska 30g, kiełbasa krakowska parzona 50g, arbuz 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 182,7 g NKt 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, sziwkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herdaniaki 25g, mus owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszenk 200g, smazony kolief miodowy vp 90g, sur z białej kapusty z mniszewska i piecem w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na patrze 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% tl 15g, sziwka z pieśni kuczerska 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, arbuz 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb miodowy 100g, mix tl 0g, sziwkowa 50g, ser biały 70g, (cukrzykowa białop) pasta z kuczerski got. 50g, ser biały 70g) pomidor 70g, liść salaty	kiabifer gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpek indywy w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z mniszewska i piecem w sosie ziolowym 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb miodowy 100g, mix tl 10g, konserwa szałwiśka 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzykowa białop- jajo gotowane 1 szt, ogórek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowia	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, sziwkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpek indywy w sosie własnym 60g, buczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, konserwa szałwiśka 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2,50ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały polihistery 50g, pasta z gotowanego kuczerska 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek indywy białut bez sosu 60g, buczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl 10g, jajo got 1 szt, twarożek ziołowy 50g, wafle ryżowe 4szt, arbuz 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKt 25,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

przy niedobkrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw- 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb mrazowy 80g, mix tl 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, humuśki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw-90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuż 100g, mix sałat z oliwą virgin 3g	en 2419,6 kcal, B 962,4 g T 78,4 g W 283,3 g NK 292,3 g b1 29,9 g sól 50,9 g cukry 93,1 g
--------------------------	---	--	--	---	--

Oznaczenia wartości odżywczych:  
 en - wartość energetyczna  
 B – białko ogółem  
 T – tłuszcz  
 W – węglowodany ogółem  
 NK – nasycone kwasy tłuszczowe  
 b1 – błonnik  
 sól – sól  
 cukry - cukry

**Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. środa 1**  
 Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek zielony, herbataiki, szynkowa, ser Hochland  
 Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony WP, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska  
 Ścier- zupy obiadowe- krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska  
 Sól i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska  
 Gorczyca - szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska  
 Jaja – herbataiki, kotlet, mielony, pulpet, jajko gotowane  
 Ryby- pasta twarogowo-rybna

# CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 03.10.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kielbasa parowa 100g, camembert 30g, arbuż 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchnką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z chleb z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9kcal, B 98,9 g T 116,6 g W 370,9 g NKT 37,8 g Bt 22,3 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wijski 1 szt, arbuż 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbrozowa z makiem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, serrek wijski 1 szt, arbuż 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchnką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka z pierś kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbrozowa z cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)1,5g/polędwica sopočka 50g,serrek wijski 1 szt, arbuż 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa kaszowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchnką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa z chleb z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbrozowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt,cukrzykowa b/sól- sctchb gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, Krakowska 20G	Zupa koperkowa bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, sctchb gotowany w sosie brokuloowym 60g, surowka z kiszony kapuśy 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sól, pomidorowy 150 ml	Kawa z chob bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/sól- jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bt 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbrozowa 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuż 100g, liść sałaty		Chlopska bez smietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z chob z makiem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	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

<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl, arbuz 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waffle ryżowe 4szt., mix tl.10g, jajko gotowane, kefir 1 szl, pomidor 70g, liść salaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g Bt 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl, arbuz 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl.10g, szynekowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pieczynką 250g, gruszka 1 szt, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g Bt 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

**Wykaz składników alergennych: w JADŁOSPISIE Czwartek 1.**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek  
 Zboża zawierające gluten– kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa  
 wieski, camembert, polędwica drobiowa  
 sosie brokuadowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym  
 Seler– zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa  
 Gorczyca– zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa  
 Jajo—jajo gotowane  
 Soja– przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa



# PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 04.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, ser topiony 50g, ser zółty 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 mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal, B 86,3 g T 83,5 g W 371,3 g NKT 34 g bl 32,7 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twaróg żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 351,2 g NKT 27,5 g bl 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%/10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%/10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g bl 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tl 15g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g bl 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twaróg żółtawy 70g, sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 351,3 g NKT 27,5 g bl 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, twaróg żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bl 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemiaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść salaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bj 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., papryka 30g</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboz. 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twarzątek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salátka z tuńczykiem 100g, liść salaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359,9 g NKT 27,6 g bj 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>
<p>en – wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarzątek ziolowy, ser żółty</p> <p>Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa</p> <p>Seler- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa</p> <p>Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy</p> <p>Jajo – jajo got., biszkopty, pasta jajeczna, dorsz w jajku</p> <p>Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, salátka z tuńczykiem</p>						

# SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 05.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywczania i kaloryczna porcja
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, serdak 50g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko 1 szt., krakowska 50g, ser camembert 30g, sur z marchewki 70g, arbuz 100g	en 2177,3 kcal, B 92,2 g T 84,7 g W 290,6 g NK+T 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, serdak 1szt., paszeta 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2%, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NK+T 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, paszeta 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, mioda 100g	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 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NK+T 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, paszeta 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, mioda 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2%, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2450,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NK+T 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdak 1 szt., paszeta 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz b/c, jajo got 1 szt., siało gotowany 50g)	sok wielowarstwowy 150 ml	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 zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść salaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NK+T 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
węglowodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., serdak miodowy 1szt., paszeta 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka miodowe 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska miodowa 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NK+T 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got 1 szt., siało gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gałka musna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tl 10g, Hiel kurczacy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NK+T 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g

przy niedokrwistościach	płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb żywykky90g, mix tl 15g, bułka pszczenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udu z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kasiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszczenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 30g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, anhur 100g	<p>cm 2474,1 kcal,  B 90,9 g  T 77,4 g  W 318,6 g  NKT 271 g  bj 28,1 g  sól 3,5 g  cukry 100,6 g</p>
<p style="text-align: center;"><b>Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. sobota 1</b></p> <p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych:</p> <p style="text-align: center;">en - wartość energetyczna  B – białko ogółem  T – tłuszcz  W – węglowodany ogółem  NKT – nasycone kwasy tłuszczowe  bj – błonnik  sól – sól  cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix, tt, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek Hochland, camembert, pasztecik  Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska  Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik  Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik, wp.  Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztecik, wp.  Jajko i prod. pochodne – jajko</p>						

# NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 06.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:90g, mix tl 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki kiszonej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:90g, mix tl 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bł 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw:90g, mix tl 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki pekńskiej 120g, kaliafor z pary 120g, kisiel 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw:90, mix tl 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw: 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 30g, połędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bł 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 120g, mix tl 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, połędwica soppocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki pekńskiej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:120g, mix tl 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bł 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cultrycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, ogórek kiszony 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki kiszonej 120g, kaliafor gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bł 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw:90g, t twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw:90g, mix tl 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bł 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1szt., jisc salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g , kalafior gotowany 120g, ogorek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, schab wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bl 30,2 g sol 4,3 g cukry 72 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarozek ze smietana, cukrem i cynamonem 70g, soppocka 50g, jablko 1szt., jisc salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jecamienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekinijskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g bl 30,9 g sol 5 g cukry 75,3 g</p>	

**UZNACZENIA WSKAZNIKOW ODZYWCZYCH:**

en - wartosc energetyczna

B - bialko ogolem

T - tluszcz

W - weglowodany ogolem

NKT - nasycone kwasy tluszczowe

bl - blonnik

sol - sol

cukry - cukry

**Wykaz składników alergicznych: w jadospisie w dn. Niedziela 1 :**

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

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biskopity

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, soppocka

Gorczyca- szynkowa, soppocka

Jajko—jajko gotowane, biskopity, schabowy wp.