

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 08.01.2024 r.

Kod/typ diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szl, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barzcz/zabielany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kaszka w sosie 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, twarożek ze szczyptą soli i cebulą 70g, seryśka polewiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1086,6 g B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bi 30,2 g sól 5,6 g cukry 98,8 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, polewica sopočka 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barzcz/zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 10g, przysmak suwański 50g, serek wiśni 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2279,6 kcal, B 104,4 g T 74,5 g W 307,1 g NKT 27,15 g bi 28,7 g sól 5,3 g cukry 101 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty		Barzcz/zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 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
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, masło 82% 0g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cytrymonem 50g, polewica sopočka 30g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl	Barzcz/zabielany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, seryśka polewiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 61,3 g T 20,8 g W 183,5 g NKT 13,2 g bi 15,7 g sól 2,8 g cukry 88,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały z cytrymonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barzcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 10g, przysmak suwański mielony 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2490,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 22,3 g bi 25,8 g sól 4,3 g cukry 119,5 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 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 93,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szl, masło 82% 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl	Barzcz/zabielany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl	kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, twarożek ze szczyptą soli i cebulą 70g, seryśka polewiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2679,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 370,2 g NKT 36,1 g bi 40 g sól 5,3 g cukry 98,8 g
cukrzycowa	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polewica sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzy b-s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ pitna	Barzcz/zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szl	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szl., cukrzy bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, marchla 5g	en 2679,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 370,2 g NKT 36,1 g bi 40 g sól 5,3 g cukry 98,8 g

						en 2390,5 kcal. B 961,2 g T 74,4 g W 231 g NKT 20 g Bt 26,3 g sól 3,1 g cukry 90,5 g
wątrobową	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., ser biał. z cytrynowym i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 20g, 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, racina 3g	
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1sz., polędwica sopocka 50g, deser sojowy 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mis owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1sz., szynka polędwiczna 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1189,9 kcal. B 116,9 g T 96,7 g W 305,8 g NKT 25,4 g Bt 16,2 g sól 3,1 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4sz., mix tl 10g, filet kurczaka 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 cukry 107,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw. 90g, bułka psz. 1sz, mix tl 5g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jabłko got. 1sz., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1sz., mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 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 cukry 95,7 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 dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek ziółowy, serek wiejski, kefir, mies. mleczna, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwiczna, przysmak suwalski, mies. mleczna, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczna

Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczna, deser sojowy

Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczna

Jajka- jajko gotowane, kotlety sojowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 09.01.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszką 1 szt., nicoła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smaczony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 165g, sur. z kiszanej kapusty z zurewiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chezirowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mandarynka 100 g	B 110,2 g T 97,2 g W 308,9 g NKT 30,2 g Bł 30,2 g sól 5,7 g cukry 99,5 g en 2574,2 kcal
lekkostrawna	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., nicoła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskię 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	B 108,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 28,2 g Bł 29,2 g sól 5,3 g cukry 102,3 g en 2489,6 kcal
papkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., nicoła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g Bł 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 g en 2279,9 kcal
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, 10g, jajo 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, gruszką 1 szt., nicoła 5g	Ciurpki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, mandarynka 100g	B 61,8 g T 21,6 g W 190,1 g NKT 12,8 g Bł 14,7 g sól 3,1 g cukry 89,1 g en 1230,9 kcal
wrzodowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., nicoła 5g	Ciurpki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez śnielanų 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy mielony 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	B 109,9 g T 68 g W 368 g NKT 20,1 g Bł 23,4 g sól 4,9 g cukry 122,5 g en 2391,5 kcal
niskosodowa	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., nicoła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczęcy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	B 104,2 g T 51,2 g W 95,6 g NKT 20,7 g Bł 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g en 2141,7 kcal
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszką 1 szt., nicoła 5g	Ciurpki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurewiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	B 110,9 g T 99,9 g W 302,1 g NKT 29,9 g Bł 30,9 g sól 6,8 g cukry 120,1 g en 2748,5 kcal

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 10.01.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kasza żółta 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 110g, soki 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt, porzeczka 70g		Zupa ogórkowa 200ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek karczerek w sosie własnym 90g, susz z białej kapusty z ziemniakami i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 110g, soki 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt, porzeczka 70g	en 2789,5 kcal, B 1192,6 g T 99,2 g W 209,3 g NK 312,9 g Bt 298,9 g sól 6,4 g cukry 99,7 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kasza żółta 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, mix 110g, soki 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z miodem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 110g, konserwa sowańska 50g, warzynek z ziołami 70g, miod 100g, mix siał z oliwy virgin 5g	en 2511,6 kcal, B 108,2 g T 79,1 g W 298,1 g NK 29,9 g Bt 283,9 g sól 5,9 g cukry 105,3 g
papkowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kasza żółta 200ml, chleb zw 90g, mix 110g, soki 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z miodem i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix 110g, konserwa sowańska 50g, warzynek z ziołami 70g, miod 100g, mix siał z oliwy virgin 5g	en 2098,4 kcal, B 99,9 g T 67,5 g W 329,7 g NK 20,9 g Bt 31,7 g sól 4,1 g cukry 95,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kasza żółta 200ml, miodo 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g	Herbatki 25g, mnis owocowy 1 szt	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt, miodo 82 %10g, soki 50g, ser i porzeczka 30g, konserwa sowańska 50g, warzynek z ziołami 70g, miod 100g, mix siał z oliwy virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 23,5 g W 189,7 g NK 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,8 g cukry 88,8 g
wzrostowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kasza żółta 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, mix 110g, soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt	Mnis owocowy 1 szt	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z miodem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 110g, soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt	en 2401,5 kcal, B 110,1 g T 68,8 g W 367,2 g NK 21,1 g Bt 22,8 g sól 5,4 g cukry 125,2 g
niekwasotowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kasza żółta 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 110g, soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboż z miodem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 110g, soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt	en 2099,7 kcal, B 103,9 g T 51,8 g W 96,8 g NK 20,3 g Bt 26,6 g sól 3,5 g cukry 96,9 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kasza żółta 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, miodo 82% 15g, soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt	Herbatki 25g, mnis owocowy 1 szt	Zupa ogórkowa 200ml, kasza pęczak 200g, smażony kark z miodem 90g, susz z białej kapusty z ziemniakami i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z miodem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, miodo 82% 11, 15g, soki 50g, ser i herbata 2 pl, dani 1 szt., jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt	en 2699,5 kcal, B 110,8 g T 100,1 g W 303,9 g NK 29,9 g Bt 38,9 g sól 6,7 g cukry 121,9 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb zw 100g, mix 110g, soki 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt	Wafle ryżowe 250	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż, bto 200ml, chleb zw 100g, mix 110g, konserwa sowańska 50g, warzynek z ziołami 70g, miod 100g, mix siał z oliwy virgin 5g	en 2201,5 kcal, B 120,8 g T 98,5 g W 290,1 g NK 22,3 g Bt 41,9 g sól 4,9 g cukry 99,9 g
wętrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kasza żółta 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, mix 110g, soki 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt, porzeczka 70g, gotowane 1 szt		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpek miodowy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z miodem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, konserwa sowańska 50g, warzynek z ziołami 70g, miod 100g, mix siał z oliwy virgin 5g	en 2234,2 kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 329,9 g NK 23,5 g Bt 22,9 g sól 3,9 g cukry 93,9 g

[illegible]

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 11.01.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, ketchup 30g, pomarańcza 1 sz., kanieherb 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzgnka 250g, gruska 1 sz., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 15g, jajko gotowane 1 sz., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 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 1sz., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 sz., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 sz., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	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
pagłkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 sz., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 sz., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2108,4 kcal, B 99,9 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, serek wiejski 1 sz., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 sz.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 sz., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 sz.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 sz., masło (82%) 10g, sernika z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 25,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bi 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 sz., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 sz., kompot owocowy 1 sz., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	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
niśkosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, schar gotowany 50g, jogurt naturalny 1 sz., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 sz., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 sz., pomidor 70g, liść sałaty	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
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz., masło (82%) 15g, polędwica sopocka 70g, serek wiejski 1 sz., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 sz.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzgnka 250g, gruska 1 sz., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 sz.	Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz., mix tl 15g, sernika z pierśi kurczaka 70g, polędwica drobiowa 70g, pomidor 70g, liść sałaty	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

cukrzycow 2	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., ciasteczka biszci - serce gotowane 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, kakowoska 20g	Zupa soperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie broklowym 100g, surówka z kiszanej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2 szt.	Kawa zboz./ bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., ciasteczka biszci - jajko gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1365,5 kcal, B 109,9 g T 98,8 g W 29,1 g NKT 21,3 g Bt 37,5 g sól 4,9 g cukry 99,9 g
wątrobow 2	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawko-warogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboz./ mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 200ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g, deser sojowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie broklowym 60g, surówka z kiszanej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboz. 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1365,5 kcal, B 109,9 g T 99,9 g W 310,5 g NKT 24,6 g Bt 14,5 g sól 3,4 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jablko gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2069,8 kcal, B 110,4 g T 68,1 g W 274,2 g NKT 20 g Bt 24,3 g sól 3,9 g cukry 105,9 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, blok mielony 50g, serce więksi 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, sorkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pieczeniaka 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2698,9 kcal, B 103,9 g T 92,4 g W 99,9 g NKT 37,2 g Bt 36,7 g sól 6,9 g cukry 98,8 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 jadalospisie Czwartek 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., maślo 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z cukrem serem i śmietaną, mieszanka płynna, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo-makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa inka z mlekiem, mieszanka mleczna, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, sopočka, chlopska, fasolowa, schab w sosie broklowym

Seier- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Gorczyca- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Jajło—jajło gotowane, przy ziemniaczane

Solę- przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser sojowy

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 12.01.2024

Kod/typ 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.10g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml,kasza jęczmienna 160g, smaczony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszonej 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 trójkat. Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 115,7 g T 109,9 g W 311,7 g NKT 30,2 g bj 29,8 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 ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300 g NKT 23,5 g bj 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, jajko 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 ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2110,5 kcal, B 100,9 g T 69,8 g W 323,6 g NKT 18,8 g bj 24,6 g sól 3,8 g cukry 99,6 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	Galełka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smaczony dorsz w jajku 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1109,6 kcal, B 66,6 g T 27,1 g W 199,3 g NKT 12,1 g bj 12,1 g sól 3,1 g cukry 89,1 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajko 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 ziółowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2135,2 kcal, B 108,2 g T 68,4 g W 668,1 g NKT 19,3 g bj 19,5 g sól 4,1 g cukry 126 g
nis kosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziółowy 70g, scharb gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2389,6 kcal, B 109 g T 79,9 g W 304 g NKT 23,6 g bj 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	Galełka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smaczony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszonej 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 trójkąt Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2562,4 kcal, B 111,4 g T 99,9 g W 300,5 g NKT 25,4 g bj 25,3 g sól 4,5 g cukry 124 g
cukrzykowa	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 kiszonej 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 ziółowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2331,1 kcal, B 105,5 g T 98 g W 289,8 g NKT 19,9 g bj 28,8 g sól 3,9 g cukry 99,9 g

wajrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., herbata 2 jajo, ser biały 70g, miód 1 szt., jablko gotowane 1 szt., mix salat 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 zboz z miodem 2% 250ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, twarożek żółty 70g, dżem 1 szt., salsatka z tunczykiem 100g, liść salaty	en 2199,9 kcal, B 93,4 g T 71,3 g W 365,2 g NKT 16,9 g bł 18,9 g sól 3,1 g cukry 100 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 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 zboz 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść salaty, dżem 1 szt.	en 1299,5 kcal, B 109 g T 99,9 g W 310,9 g NKT 20,1 g bł 13,5 g sól 3,3 g cukry 90,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 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, schab gotowany 50g, liść salaty, dżem 1 szt.	en 2055,8 kcal, B 99,9 g T 68,2 g W 275,1 g NKT 20,2 g bł 23,2 g sól 3,9 g cukry 104,9 g
przy miedokrwistościach	Ryz na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., pieprzka 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, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, twarożek żółty 70g, dżem 1 szt., salsatka z tunczykiem 100g, liść salaty	B 102,9 g T 93,1 g W 101,2 g NKT 34,2 g bł 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 – niemasycorne kwasy tłuszczowe
 bł – błonnik

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

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 13.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Pierwszy deser	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
						en 2675,2 kcal. B 110,2 g T 99,2 g W 310,3 g NKT 35,2 g bł 29,1 g sól 5,8 g cukry 100,5 g
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 15g, serdelski 1sz., pasztec 50g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka sprzągnowa zółta 150g, kisiel 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb aw 200ml, chleb aw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1sz., mix tl 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, ciemnobł 50g, ser z marmelatki 70g, mandarynka 100g	B 108,9 g T 79,9 g W 310,4 g NKT 50,2 g bł 26,2 g sól 5,9 g cukry 109,9 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, serdelski 1sz., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marmelatka 120g, kisiel 200ml			Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marmelat z olejem 70g, mielon 100g	en 2190,8 kcal. B 107,9 g T 80,3 g W 311,5 g NKT 50,2 g bł 26,1 g sól 5,9 g cukry 109,9 g
paplowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 90g, mix tl 10g, serdelski mielony 1sz., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Jak lekkostrawna, mielona			Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb aw 90g, mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 1240,9 kcal. B 61,9 g T 21,9 g W 193,5 g NKT 13,2 g bł 15,3 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, serdelski 1 szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka sprzągnowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Hochland z cukrem 200ml, bułka pszenna 1sz., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2287,5 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
wirzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, serdelski mielony 1sz., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marmelatka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	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
niskosolowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, jabłko got. 1 szt., serniak gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jak lekkostrawna, bez soli			Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb aw 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl 10g, Rieck kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marmelat z olejem 70g, mielon 100g	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
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1sz., masło (82%)15g, sernikowa 70g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, mielon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka sprzągnowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb aw 90g, bułka pszenna 1sz., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdelski 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, japo got. 1 szt., serniak gotowany 50g)	Chrupki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka sprzągnowa 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, marmelat z olejem 70g, liść salaty	

					en 2,290, 1 kcal. B 98,2 g T 72,7 g W 367,5 g NKT 20 g b1 23,6 g s61 4,9 g cukry 130 g
witrobowy	Płatki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek miodowy 1 szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana murelówka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z młkiem 2%, 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.	
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 1kg	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana murelówka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., jabłko 1 szt., krakowska 50 g, murelów z olejem 70g, miod 100g	en 1220,9 kcal. B 62,5 g T 23,5 g W 196,6 g NKT 13,7 g b1 15,7 g s61 3,5 g cukry 97,8 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 410g, jajo got. 1 szt., serek gotowan, 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 1kg	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, galina mielona indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml Herbata 200ml, wafle ryżowe 1 szt., mix 410g, fillet kurczecy gotowany 50g, ser biały 70g, murelów z olejem 70g, miod 100g	en 2155,5 kcal. B 115,7 g T 68,8 g W 274,6 g NKT 22,6 g b1 26,5 g s61 4,3 g cukry 109,9 g
przy niedokwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, 90g, mix 410g, 15g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy kukurydżany 1kg, mix 410g, 80g, mix 410g, ser biały 50g, liść salaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana murelówka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb aw 60g, 90g, bułka pszenna 1 szt., mix 410g, 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, murelów z olejem 70g, miod 100g	en 2670,1 kcal. B 106,6 g T 93,9 g W 97,8 g NKT 39,7 g b1 39,9 g s61 6,5 g cukry 96,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna
 B – białko ogółem
 T – tłuszcz
 W – węglowodany ogółem
 NKT – nienasyczone kwasy tłuszczowe
 b1 – błonnik

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa z zielonego groszku, mix it., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, 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, pasztec, kawa zbożowa z makiem, wędliny, serdelek, krakowska, mieszanka płynna, sos musztardowy, sos pomidorowy, kawa zbożowa, konserwa suwalska

Seier- Zupa z zielonego groszku, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztec
 Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztec wp., deser solowy
 Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztec wp.
 Jajo i prod. pochodne – jajo, paluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 14.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
						en 2672,2 kcal, B 110,5 g T 88,1 g W 308,6 g NKT 30,3 g bj 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.13g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalerfior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 13g, kiełbasa 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 cytrynowem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalerfior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, kiełbasa 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 bj 28,5 g sól 54,9 g cukry 101,4 g
papkowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, sopočka 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., kalerfior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2250,2 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, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 30g, polędwica sopočka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfior 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 1220,8 kcal, B 61,9 g T 21,9 g W 193,1 g NKT 12,9 g bj 14,5 g sól 3,6 g cukry 89,8 g
wrżdowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 130 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kalerfior gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty,20g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2352,2 kcal, B 102,3 g T 88,1 g W 366,9 g NKT 19,1 g bj 21,5 g sól 4,5 g cukry 122,7 g
miękosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2138 kcal, B 105,4 g T 51,7 g W 95,4 g NKT 19,7 g bj 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.13g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, polędwica sopočka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalerfior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tł. 13g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2650,1 kcal, B 110,6 g T 88,2 g W 308,6 g NKT 30,5 g bj 29,6 g sól 6,5 g cukry 99,6 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix t., 20g, twarożek z papryką i zieleni 70g, sopočka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapuszy pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Waflę ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix t. 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 Bł 38,8 g Sól 5,5 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 20g, 1 twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z 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 Bł 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., liść 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	Waflę 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 106,5 g T 96,4 g W 304,8 g NKT 24,5 g Bł 15,9 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix t. 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix t. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2179,5 kcal, B 114,2 g T 68,7 g W 274,6 g NKT 23,6 g Bł 27,6 g sól 4,6 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix t. 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix t. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet karczocy 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 t. 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 96,9 g NKT 37,2 g Bł 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
- Bł – białonik

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

Mleko (łącznie z laktazą) – kasza manna na mleku, mix t., masło 82%, kawa ,mieszanka mleczna, twarożek z papryką i zieleni, 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, herbata, szynkowa, sopočka, schabowy wp, filet w sosie

Seler- zupa obiadowa, rosół, szynkowa, ogórek z sosie ziołowym, sopočka

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

Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, sopočka

Jajko—jajko gotowane, biskopity, schabowy wp.