

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 01.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl.15g, krakowska 50 g, ser ciemniebt 30 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, pieczone udo z kurczaka 120g, surowka z kapuszy pekiskiej 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, twarogzek ze szczypiorkiem i cebulą 70g, sernka polewkowa 50g, ser Hochland 1 pl., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2096,5 kcal, B 85,6 g T 77,4 g W 308 g NKT 44,8 g bl 20,1 g sól 5 g cukry 110,9 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, krakowska 30 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, gotowany kalafior 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serok więjski 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2233,6 kcal, B 88,4 g T 79,5 g W 258,1 g NKT 29,2 g bl 32,7 g sól 5,8 g cukry 95,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, krakowska 30 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, gotowany kalafior 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2100,6 kcal, B 70,4 g T 70,5 g W 261,1 g NKT 22,1 g bl 32,7 g sól 4,4 g cukry 92,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82%10g, chleb zw. 60g, krakowska 30 g, ser biały 30 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Jogurt owocowy 1 szt.	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, gotowany kalafior 60 g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, chleb zw.60g, masło 82% 10g, sernka polewkowa 30g, serok wnilony 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 1290,5 kcal, B 84,3 g T 55,8 g W 185,5 g NKT 17,2 g bl 15,9 g sól 2,9 g cukry 53,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, krakowska 50 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Burszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, gotowany kalafior 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2293,6 kcal, B 91,4 g T 79,5 g W 267,1 g NKT 29,1 g bl 32,8 g sól 5,9 g cukry 104,3 g
niśkosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, schab gotowany 50 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, filet kurczacy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2070,6 kcal, B 77,4 g T 63,5 g W 256,1 g NKT 18,1 g bl 32,7 g sól 2,4 g cukry 90,3 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw.120g, masło 82% 15g, krakowska 50 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Jogurt owocowy 1 szt.	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, pieczone udo z kurczaka 90g, surowka z kapuszy pekiskiej 150 g, marchewka na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tl. 15g twarogzek ze szczypiorkiem i cebulą 70g, sernka polewkowa 50g, ser Hochland 1 pl., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2440,5 kcal, B 94,7 g T 80,2 g W 291,8 g NKT 33,3 g bl 34,5 g sól 5,2 g cukry 119,2 g

cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, krakowska 50 g, ser biały 50 g, liść salaty, kiszony ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml+ płynna	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, surowka z kapuśy pekńskiej 120 g, gotowany kaliafor 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyc. bez soli - fliet kurczący, gotowany 50g, pomidor 70g, ogórek 70g	en 2293,6 kcal, B 98,4 g T 83,5 g W 241,1 g NKT 30,6 g Bt 32,8 g sól 6,9 g cukry 58,3 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, krakowska mielona 50 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść salaty		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, gotowany kaliafor 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2000,6 kcal, B 71,4 g T 56,5 g W 260,1 g NKT 20,1 g Bt 32,7 g sól 4,5 g cukry 92,3 g
bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, schab gotowany 50 g, hummus 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść salaty	Sok pomidorowy 150ml+ dzici sok owocowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, surowka z kapuśy pekńskiej 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml+ dzici mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, fliet kurczący gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 1270,5 kcal, B 86,3 g T 57,8 g W 184,5 g NKT 16,2 g Bt 15,9 g sól 2,7 g cukry 51,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść salaty	Sok pomidorowy 150ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka 60g, surowka z kapuśy pekńskiej 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl. 10g, fliet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2150,6 kcal, B 67,4 g T 72,5 g W 302,1 g NKT 22,1 g Bt 33 g sól 4,4 g cukry 102,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, krakowska 50 g, ser biały 50 g, dzem 1 szt., melon 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., papryka 50g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200 g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, surowka z kapuśy pekńskiej 120 g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serk wiejski 1 szt., pomidor 70g, pomarańcza 100g	en 2433,6 kcal, B 96,4 g T 82,5 g W 277,1 g NKT 33,5 g Bt 35,7 g sól 6,4 g cukry 105,3 g

Wykaz składników alergennych: w iadłospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktrozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek ziołowy, serek wiejski, kefir, mies. mleczna, szynka polędwiczka

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwiczka, przysmak suwalski, mies. mleczna, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski , kielb. suwalska, szynka polędwiczka

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

Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski , kielb. suwalska, szynka polędwiczka

Jaja- kotlety sojowe

Sesam - hummus

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 02.04.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż: mąka 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kasza szezamowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mandarynka 100 g	en 2417,8 kcal, B 106,9 g T 78,7 g W 349,0 g NKT 35,3 g bi 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryż: mąka 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kasza szezamowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., jablko 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekinńskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bi 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryż: mąka 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kasza szezamowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., jablko got. 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2388,2 kcal, B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g bi 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryż: mąka 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., scharb gotowany 90g, gruska 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 16g banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczaka 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 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bi 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
wzrostowa	Ryż: mąka 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kasza szezamowa mielona 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., jablko got. 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g bi 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
miskosodowa	Ryż: mąka 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, scharb gotowany 50g, jajo 1 szt., jablko 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, scharb gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2099,6 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bi 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Ryż: mąka 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kasza szezamowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bi 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kasza szezamowa 50g, pasztet wp. 50g, ogórek kiszony 50g, nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekinńskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bi 34,8 g sól 5,51 g cukry 46,4 g

wątrobową	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, białko gotowanego jajka 1 szt., jabłko got. 1 szt., nuciak 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bł 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajko 1 szt., jabłko 1 szt., nuciak 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bł 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł 10g, schab gotowany 70g, jajko got. 1 szt., jabłko 1 szt., nuciak 5g	Wafle ryżowe 25szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g , kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt. mix. tł 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 bł 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedoborach witamin	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt, mix. tł 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, jajko 1 szt., jabłko 1 szt., nuciak 5g	chleb razowy 60g, mix. tł 10g, blok mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw 50g, bułka pszenna 1szt., mix. tł 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat		en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bł 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w. Jajłospisje w dn. wtorek 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – ryz na mleku, zupa pomidorowa mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet

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

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

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

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

Jajka-jajko, szynkel z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 03.04.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, saszynka 50g, ser Hordland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszczk 160g, smażony kulek mielony wp 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, miks warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 15g, pasta twarogowa-cytna ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, banan 1 szt., miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2485,3 kcal, B 92,6 g T 63,3 g W 385,0 g NKT 31,2 g Bt 23,6 g Bt 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, miks tl 10g, saszynka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszczk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, warzozek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
paplowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, miks tl 10g, saszynka mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszczk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 90g- miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, warzozek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2319,5 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKT 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt, saszynka 50g, ser Hordland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herkuliniś 25g, mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszczk 100g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym, buraczki 120g, miks warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, saszka z piersi kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 30g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 189,7 g NKT 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, miks tl 10g, saszynka mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pszczk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, warzozek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,7 kcal, B 94,9 g T 77,2 g W 284,6 g NKT 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 99,1 g
mikrososłowa	Makaron na mleku2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, ser biały 70g, saszynka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt, gotowanego 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Jabłko lekkostrawne bez soli		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, miks tl 10g, jpio got 1 szt., warzozek z ziołami 70g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2165,2 kcal, B 94,1 g T 67,1 g W 278,1 g NKT 25,4 g Bt 28,3 g sól 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, saszynka 50g, ser Hordland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herkuliniś 25g, mnis owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszczk 200g, smażony kulek mielony wp 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, miks warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl 15g, saszka z piersi kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 399,1 g NKT 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, saszynka 50g, ser biały 70g, cukrzykowa saszynka z kurczaka got 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, listki sałaty	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 300ml, kasza pszczk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g,sur z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz, b/c 200ml, chleb razowy 100g, miks tl 10g, konserwa suwalska 50g, warzozek z ziołami 70g, cukrzykowa biskvit-pio gotowane 1szt, ogonek 70g, miks sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,8 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
wętrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, saszynka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszczk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, miks warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z młkiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa suwalska 50g, warzozek z ziołami 70g, melon 100g, miks 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

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego burzaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt. + chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g,jajo got. 1 szt., deser sojowy 1 szt., melon 100g, mix soku z oliwy virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 601 g T 41,6 g W 179 g NKT 12,4 g Bj 14 g sól 3,8 g cukry 32,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego burzaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy 150ml bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., warzok ziołowy 50g, wałec ryżowe 4szt, melon 100g, mix soku z oliwy virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g Bj 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedoborach witamin	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szpinakowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kaszka krakowska 50g, ogonek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, warzok z ziołami 70g, melon 100g, mix soku z oliwy virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 98,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 25,3 g Bj 29,9 g sól 5,8 g cukry 93,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wskaz składników aktywnych: w jadospisie w dn. środa 1

Mleko (jęczmień z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziołowy, herbatniki, szynkowa, konserwa suwalska, kasza pęczak

Zboża zawierające gluten- zupa mączna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyzy, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekiem szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak

Seler- zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska

Soja i produkty pochodne – wałec ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska

Gończyca, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska

Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane

Ryby- pasta twarogowo-rybna

Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 04.04.2024

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 1szt., mix tl 15g, kiełbasa parówkowa 100g, canenhori 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchną 250g, gruszka 1 szt.,kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekien 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jablo gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczno-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g bł 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablo, 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekien 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 bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
paplowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serk wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablo gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekien 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, serk wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Cisio drożdżowe 50g, jablo 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablo 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka z piersi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g bł 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wzrostowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Cisio drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śnielan, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablo gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekien 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g bł 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablo 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekien 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, jablo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)13g,polędwica sopočka 50g,serk wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Cisio drożdżowe 50g, jablo 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchną 250g, gruszka 1 szt.,kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekien 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

cukrzy cowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzecowa b/soli - schab gotowany, 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Zupa koperekowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2 szt	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., cukrzecowa b/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt.)pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g bł 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekien 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g bł 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml + jabłko 1 szt.	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got. 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g bł 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajo gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bł 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekien 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bł 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl, masło 82% kawa z mlekien, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serrek

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekien, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, schab w sosie brokułowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

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

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

Jajo—jajo gotowane

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

Sesam- hummus

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 05.04.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt.,jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml,kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g,sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2766,5 kcal, B 105,3 g T 102,7 g W 387,7 g NKT 34 g bł 32,4 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 387,2 g NKT 27,5 g bł 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
parkowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt.,jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 357,3 g NKT 27,5 g bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 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 30g, miód 1 szt.,jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretk owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, , gruszka 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 bł 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt.,jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 559,3 g NKT 27,6 g bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
niskosolowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, schab gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g bł 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 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 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt.,jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretk owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g,sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekiem 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 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g bł 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

cukrzycowa	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.	Kalaflorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, twarożek ziółowy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzycowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g bł 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., bitka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalaflorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalaflor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, twarożek ziółowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt, jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml + gruska 1 szt.	Kalaflorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalaflor na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schar gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g bł 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalaflorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalaflor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł 10g, masło orzechowe 50g, schar gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bł 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tł 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tł 10g, jajo got 1szt., papryka 50g	Kalaflorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalaflor na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tł 15g, twarożek ziółowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bł 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B – białko ogółem
- T – tłuszcz
- W – węglowodany ogółem
- NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
- bł – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalaflorowa, szczawionowa, mix tł, masło 82%, kawa z mlekem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarożek ziółowy, ser żółty
 Zboża zawierające gluten- szczawionowa, kalflorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekem, szynkowa,
 Seler- zupa kalaflorowa, szczawionowa, szynkowa
 Jaja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy
 Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tuńczykiem
 Orzechy – masło orzechowe Sezam- hummus

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 06.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser Hochtland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, canchenbert 30g, sur. z marchewki 70g, mandarynka 100g	en 2132,7 Kcal, B 88,5 g T 80,9 g W 293,3 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser Hochtland 1 szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
paplowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser Hochtland 1 szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2228,6kcal, B 89,9 g T 75,3 g W 302,5 g NKT 26,9 g bł 28 g sól 5,3 g cukry 89,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, pasztec 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g mielon 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 NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,0 g cukry 89,5 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, ser Hochtland 1 szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2270,1kcal, B 90 g T 76 g W 320,3 g NKT 26,1 g bł 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, japo got. 1 szt., sabb gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, filet kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, ser Hochtland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, pasztec 50g, 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 szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdelek 1 szt., pasztet 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz bś, jajo got. 1 szt., sokiab gotowany 50g)	chrupki kukurudziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel bśc 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liśćc sałaty	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wętrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zyw 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek mielony 1szt, pasztet 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zyw 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., dżem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurudziane 16g + melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 1089,6 kcal, B 66,4 g T 48,1 g W 192,7 g NKT 11,5 g bł 12,1 g sól 3,2 g cukry 82,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 50g, mix tl 0g, jajo got. 1 szt, sokiab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurudziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, galina młodsza 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, waflle ryżowe 4 szt., mix tl 10g, liść kurczący gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liśćc sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zyw 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w Jadalniście w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek Hochland, camembert, pasztet

Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem i, szynkowa, pasztet, kawa zbożowa z mlekem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna

Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet, pasta warzywna

Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet wp., deser sojowy

Grzyby- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp.

Jajo i prod. pochodne – jajo

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 07.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppoka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2397,7 kcal, B 108,0 g T 90,2 g W 316,20 g NKT 32,9 g bł 22,8 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppoka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kaliafor 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 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
parlowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppoka 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., kaliafor 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 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 30g, polewka soppoka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wale ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., 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
wizytowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppoka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor 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 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g bł 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
nikosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 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 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	waflle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biskopki 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa 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 Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filec gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Waflle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, 1 twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filec gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kiebasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filec gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, hummus 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1003,9 kcal, B 65,4 g T 48,9 g W 203,3 g NKT 13,1 g Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 90,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, filec gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filec kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g Bt 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bi – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

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

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

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

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

Soja i produkty pochodne –waflle ryżowe, szynkowa, sopocka, deser solowy

Gorczyca- szynkowa, sopocka

Jajko—jajko gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sesam- hummus

Orzechy – masło orzechowe