

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.04.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl, mix 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wiprzroza 150g w kapsle 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wtopiony i cebula 70g, szynka polędwiczna 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKt 271,15 g b1 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wtopiony 1 szl., pomidor 70g, liść salaty	en 2317,7 kcal, B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKt 271,1 g b1 28,4 g sól 4,3 g cukry 95,5 g
papłkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść salaty		Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść salaty	en 1220,5 kcal, B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKt 172,2 g b1 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cytrynanem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczna 30g, pomidor 70g, liść salaty	en 2470,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKt 273 g b1 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść salaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść salaty	en 2149,7 kcal, B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKt 227,7 g b1 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 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 zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść salaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 338,7 g NKt 293,3 g b1 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szl, masło 82% 15g, polędwica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieleny 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 zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl, mix tl. 15g, twaróg ze serypyłkiem i cebula 70g, szynka polędwiczna 50g, pomidor 70g, liść salaty	

całkowita	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, polewka soppocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzy c b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ pikina	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, suwalska z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajko gotowane 1 szt.	Kawa zboż z cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzy bez soli - filet kurczecy gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 281,1 g bl 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polewka soppocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 267,8 g bl 28,7 g sól 5,5 g cukry 94 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt	Barszcz bez smietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., filet kurczecy gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1150,9 kcal, B 80 g T 50,2 g W 184,5 g NKT 164,8 g bl 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, miks tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jablko 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, wafle ryżowe 4szt., miks tl. 10g, filet kurczecy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 253,8 g bl 25,2 g sól 3,1 g cukry 98,2 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt miks tl. 15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polewka soppocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, miks tl. 10g, jablko got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, suwalska z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, miks tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 285,8 g bl 30,1 g sól 5,5 g cukry 98,7 g

Wskaz składników alergennych, w jadalospisie w dn. Poniedziałek 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, miks tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekkiem, twarożek ze szczypiorami i cebulą, serrek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekkiem, klebasa wieprzowa, polewka soppocka, szynka polewkowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seier- barszcz zabieliany, wędliny: polewka soppocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polewkowa

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polewka soppocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polewkowa, deser sojowy

Grzybyca- polewka soppocka, papryka, soppocka, kiełb. suwalska, szynka polewkowa

Jajka- jajko gotowane, kotlety sojowe

Sesam- hummus

Orzechy – masło orzechowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.04.2024

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 tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszlet w p. 50g, gruszka 1 szt., miodola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony szyweł z kurczaka 50g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszonej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzastowa 70g, szyńska 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 Bt 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, paszlet w p. 50g, jajo mlodre 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szyńska konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2388,2 kcal. B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g Bt 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszlet w p. 50g, jajo mlodre 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g		Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szyńska konserwowa 30g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 1230,9 kcal. B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g Bt 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., szał. szał. gotowany 50g, gruszka 1 szt., miodola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml sól		en 2459,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g Bt 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszlet w p. 50g, jajo mlodre 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szyńska konserwowa mielona 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 Bt 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
niskosodowa	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, szał. gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szyńska 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 Bt 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszlet w p. 50g, gruszka 1 szt., miodola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszonej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szyńska konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g Bt 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszlet w p. 50g, miodola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszonej 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, szyńska konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g Bt 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g

wałtorbowowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, białko gotowatego jajka 1 szt., banan 1 szt., tucoła 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmieńna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kafiłor gotowany na parze 120g, miodowa gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałatek	en 2381, 2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bj 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., schab gotowany 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., tucoła 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmieńna 160g, gotowany filet kurczaka 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 1 szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałatek deser solowy 1 szt.	en 2203, 6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bj 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 410g, schab gotowany 70g, jajko got. 1 szt., banan 1 szt., tucoła 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g, kaleror gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix 410g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałatek	en 2439, 7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bj 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix 410g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., tucoła 5g	chleb razowy 60g, mix 410g, blok miodowy 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmieńna 200g, gotowany filet kurczaka 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 1 szt., mix 415g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałatek	

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
bj – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w. Jadalność w. dn. wtorek 1:
Mleko (łącznie z laktozą) – ryż, na mleku, zupa pomidorowa, mix tt, masło 82%, kawa z mlekkiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztecik jęczmieńna
Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekkiem, kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, kasza jęczmieńna
Seledź- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa,
chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, deser solowy
Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa,
Jajka- jajko, szynka z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 01.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, szczytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet kociet mielony wp. 90g, sur. z hialej papuszy z muretwy i parow. w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, pasta towarowa-cytrona z suszonymi owocami 70g, kisielnia karbowska parzona 50g, banana 1 szt., mix sałat z oliwy virgin 5g	en 2485,3 Kcal, B 92,6 g T 83,9 g W 385,0 g NKt 31,2 g Bt 23,6 g sd 6,3 g cukry 105,2 g
lekciostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, szczytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie wlasnym 60g, bananiki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, konserwa sarszalka 50g, warzozek z ziolami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwy 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 sd 3,6 g cukry 52,1 g
parpkowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, szczytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie wlasnym 60g, bananiki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, konserwa sarszalka 50g, warzozek z ziolami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwy 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 sd 3,6 g cukry 52,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, maslo 82% 10g, chleb zw. 60, szczytkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herhanki 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza perzak 100g, gotowany pulpet mielony w sosie wlasnym 60g, bananiki 120g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, maslo 82 % 10g, szczytkowa z pierwi karwasza 30g, kisielnia karbowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwy 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 sd 3,9 g cukry 52,8 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, szczytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko gotowane 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie wlasnym 60g, bananiki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, konserwa sarszalka 50g, warzozek z ziolami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwy 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 sd 5,7 g cukry 59,1 g
niskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser hialej papuszy 70g, pasta z karwasza gotowanego 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Jabk lekciostrawna bez soli		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., warzozek z ziolami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwy 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 sd 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 120g, maslo 82% 15g, szczytkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	Herhanki 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzak 200g, smazony kociet mielony wp. 90g, sur. z hialej papuszy z muretwy i parow. w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, maslo 82% tl. 15g, szczytkowa z pierwi karwasza 50g, kisielnia karbowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwy virgin 5g	en 2689,5 Kcal, B 98,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Bt 31,3 g sd 6,4 g cukry 109,2 g
cielczykowa	kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb nowozy 100g, mix tl. 10g, szczytkowa 50g, ser hialej 70g (celozykowa 150g), pasta z karwasza got. 50g, ser hialej 70g, pomidor 70g, jabe sady	kalafior gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie wlasnym 60g, sur. z hialej papuszy z muretwy i parow. w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz. hac 200ml, chleb nowozy 100g, mix tl. 10g, konserwa sarszalka 50g, warzozek z ziolami 70g, czteryzyczna bialy jajo gotowane 1szt., ogorek 70g, mix sałat z oliwy virgin 5g	en 2399,9 Kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bt 28,8 g sd 5,6 g cukry 55,2 g
watrowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, szczytkowa 50g, ser hialej 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpet mielony w sosie wlasnym 60g, bananiki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, konserwa sarszalka 50g, warzozek z ziolami 70g, melon 100g, mix sałat 5g	en 2319,6 Kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28 g Bt 28,3 g sd 5,6 g cukry 52,1 g

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb z w 60 masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owoceowy 1 szt. + chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owoceowy 200 ml	Sok owoceowy 150 ml	Kawa zherz 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb z w 60g, jajo got. 1 szt., deser jogowy 1 szt., melon 100g, mix salat z oliwą virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 60,1 g T 41,6 g W 17,9 g NKT 12,4 g Bt 14 g sól 3,8 g cukry 52,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix d. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owoceowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek indyzy białut bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 150g, kompot owoceowy 200ml	Sok owoceowy 150 ml	Herbata 200ml, mix d. 10g, jajo got. 1 szt., twaróg z rodzemi 50g, wafle ryżowe 1szt, melon 100g, mix salat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 61,1 g W 264,1 g NKT 25,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb z w 120g, mix d. 15g, szpinak 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix d. 10g, kaszasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owoceowy 200ml		Kawa z miodem 2% i cukrem 200ml, chleb z w 120g, mix d. 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z rodziami 70g, melon 100g, mix salat z oliwą virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g Bt 29,5 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
- Bt – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

Wskaz składników aktywnych w jadalnisie w dn. 30da 1

Mleko (gacnie z laktazą) – makaron na mleku, mix ti, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twaróg ziodowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland
 Zioła zawierające gluten – zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpek indyzy, kawa zbozowa, kawa zbozowa z makiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Seler – zupy obiadowe; krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, deser sojowy
 Gorczyca - szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska
 Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpek, jajo gotowane
 Ryby – pasta twarogowo-rybna
 Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 02.05.2024

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 10g, kiełbasa parowa 100g, cannetbert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa kaszowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z chlebem z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta butterczno-ivarogowy 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g Bt 23,9 g sól 4,3 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, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-ivarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
paplowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:60g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-ivarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw:90g, mix tl 10g, przysmak suwalski 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 Bt 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, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Chasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-ivarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, sernik 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 Bt 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wrzodowa	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	Chasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-ivarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa z chlebem z makiem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 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 Bt 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa kaszowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, sernik 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 Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, polędwica sopočka 50g, serrek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Chasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa kaszowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, sernik 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 Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa b/soli - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, Krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokietowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa 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 Bt 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 tuskaniewo-w-arragowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polewica 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 raslinnym, 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 brokietowym 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 Bt 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 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, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle 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 Bt 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 wysoki 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szpinakowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzyca 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, polewica 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 Bt 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników aktywnych: w jądłospisie Czwartek 1

Mleko (jęczmień z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekem, 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 mlekem, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polewica drobiowa, w większi, canembert, polewica drobiowa

sosie brokietowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym
 Seler- zupa fasolowa, chlopska, wędliny, parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polewica drobiowa
 Gorczyca- zupa fasolowa, wędliny, parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polewica drobiowa

Jajo—jajo gotowane
 Soja- przysmak suwalski, kiełbasa parówkowa, blok mielony, polewica drobiowa, deser sojowy
 Sezam- hummus

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 03.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 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. 90g, mix tl. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat. Hochland 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2768,5 kcal, B 105,3 g T 102,7 g W 387,7 g NKT 34,9 g Bt 32,4 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 557,2 g NKT 27,5 g Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
paplowata	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 557,3 g NKT 27,5 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2%, 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60, pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopcy 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60, ser biały półtłusty 30g, ser trójkat. Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g Bt 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wrzodowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., 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	Biszkopcy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 359,3 g NKT 27,6 g Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
miskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twarógek żółtawy 70g, schab gotowany 50g, dżem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g Bt 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, masło 82% tl. 15g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopcy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat. Hochland 2 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g Bt 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

cukrzykowa	Kawa zrzozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix salat 5 g	Kefir 1 szt.	Kafarowca bez smietany 300ml, kasza jeczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kisznej kapusty z jablkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zhoz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tunczykiem 100g, lisć salaty (cukrzykowa 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 bl 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw 90g, batka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jablko gotowane 1 szt., mix salat 5 g		Kafarowca bez smietany 300ml, kasza jeczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kafarow na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zhoz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, twarozek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tunczykiem 100g, lisć salaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bl 30,2 g sól 4,9 g cukry 88,2 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryz na mleku roslinnym 200 ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw 60, jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g	Sok owocowy 150 ml + gruska 1 szt.	Kafarowca bez smietany 200ml, kasza jeczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kafarow na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zhoz 200ml, chleb zw 60, maslo orzechowe 50g, schab gotowany 50g, lisć salaty, dzem 1 szt.	en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g bl 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 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	Kafarowca 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kafarow na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryzowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, maslo orzechowe 50g, schab gotowany 50g, lisć salaty, dzem 1 szt.	en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bl 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 250ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw 120g, 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, jablko got 1szt., papryka 50g	Kafarowca 300ml, kasza jeczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kafarow na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zhoz 200ml, chleb zw 120g, mix tl 15g, twarozek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tunczykiem 100g, lisć salaty	en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bl 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g

Ornazania wskaźników odżywczych:

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

Wkasz składników a leżących w dniu piątek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – ryz na mleku, zupa obiadowa, kafarowca, szczawiorowa, kafarowca, pieczone, kasza jeczmienna, dorsz na parze w sosie, biskopcy, kawa zrzozowa z mlekiem, szynkowa, ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, salatka z tunczykiem

Zboża zawierające gluten- szczawiorowa, kafarowca, pieczone, kasza jeczmienna, dorsz smażony/dorsz na parze w sosie, biskopcy, kawa zrzozowa z mlekiem, szynkowa

Sole i produkty pochodne – wafle ryzowe, deser solowy

Jajo—jajo got. biskopcy, pasta jajeczna, dorsz w jajku

Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, salatka z tunczykiem

Orzechy – maslo orzechowe, Sezam- hummus

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 04.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dotywna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb aw:60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl:15g, ser:40g, masło 82%:15g, ser Hochland 2 pl., polewka drożdżowa 50g, pasztecik 50g, 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 z dła 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:30g, chleb razowy 30g, bułka pszczenna 1szt., mix tl: 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, camembert 30g, sur z marchewki 70g, mandarynka 100g	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 29,5 g bi 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw:90g, bułka pszczenna 1szt., mix tl:10g, ser:40g, masło 82%:15g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana fasolka szparagowa z dła 60g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw:60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl:10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2278,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bi 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
paplowata	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw:90g, mix tl:10g, ser:40g, masło 82%:15g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb aw:90g, mix tl:10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bi 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,9 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polewka drożdżowa 30g, pasztecik 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z dła 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszczenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	en 2270,1kcal, B 90 g T 76 g W 320,5 g NKT 26,1 g bi 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
wzrostowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw:60g, bułka pszczenna 1szt, mix tl:10g, ser:40g, masło 82%:15g, ser Hochland 2 pl., polewka drożdżowa 50g, pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 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 pszczenna 1szt., mix tl:10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 29,5 g bi 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g
niskokaloryczna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw:60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl:10g, jajo got., 1 szt., serek gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw:60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl:10g, fiolci kurczacy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bi 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb aw:90g, bułka pszczenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hochland 2 pl., polewka drożdżowa 50g, pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z dła 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw:90g, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) 11,1g, 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 bi 33 g sól 5,4 g cukry 109 g

ciężarówkowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, serdelek 1 szt., pasztet 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, cukrzy. biał. jajo got. 1 szt., sianko gotowany 50g	soł wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel biał. 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, hise sianky	en 2158,6kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g Bł 25,1 g sól 3,5 g cukry 50,4 g
wątrobowca	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 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 jablem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb razowy 60g, bułka pszczenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus 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 pszczenna 1szt., dzem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chimpek kukurydziane 16g + miod 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszczenna 1szt, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, marchew z oliwą 70g, miod 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., sianko gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chimpek kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gałka musliowa indyjska 60g, buraczki z jablem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4 szt., mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, miod 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 23,2 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 pszczenna 1szt., sianko 70g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, ser biały 50g, hise sianky	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, miod 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 – nasyczone kwasy tłuszczowe

Bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w Jadospisie w dn. Sobota 1

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

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

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

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

Gorzyczka- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp.

Jajło i prod. pochodne – jajło

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 05.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 15g, twarozek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liśc sałaty, dzem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy kiszonej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liśc 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 zbiożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczocy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kaliafor z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
papkowata	Jak lekkostrawna - chleb zwykły 90g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liśc 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 tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 1208,4 kcal, B 68,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bł 15,2 g sól 3,8 g cukry 89,6 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbiożowa 200ml, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 30g, polędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., liśc 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., 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, liśc sałaty, pomidor 70g	
wrzdowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liśc 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 tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 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
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liśc sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, 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 Bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, polkwica sopočka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	wafle ryzowe 2 szt., pomaranča 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp pamierowany 90g, sur. z kapsusy pekinskiej 150 g, kalfator z pary 150g, kistel 200ml	Biszkozpy 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser zoly 50g, lisc salaty, 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 zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z papryka i ziolami 70g, sopočka 50g, lisc salaty, ogorek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy kiszonej 120g, kalfator gotowany 120g, kistel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz 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
wartobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, t twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1szt., lisc salaty	Zupa z zielonego groszku b/sen 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekinskiej 60g, kalfator gotowany 60g, kistel 200ml	Zupa z zielonego groszku b/sen 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1szt., kalfator gotowany 120g, kistel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, kiebasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 1003,9 kcal, B 66,4 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
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roslinym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, schab gotowany 50g, maslo orzechowe 50g, jablko 1szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml, pomaranča 100g	Zemiazczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g , kalfator gotowany 120g, ogorek w sosie ziolowym 120g, kistel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryzowe 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
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml	Zemiazczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g , kalfator gotowany 120g, ogorek w sosie ziolowym 120g, kistel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	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
przy niedokrwistosciach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cytanonem 70g, sopočka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekinskiej 150g, kalfator z pary 150g, kistel 200ml	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiebasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	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

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twaróg z papryką i ziołami, twaróg 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 – wafle ryżowe, szynkowa, sopocka, deser sojowy

Gorzycza- szynkowa, sopocka

Jajko – jajko gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sezam – hummus

Orzechy – masło orzechowe