

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 15.04.2024

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. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, półdewica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w kapisie 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczypiorkiem i cebulą 70g, szynka półdewicowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2382,8 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKT 28,8 g bł 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, półdewica sopocka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliany 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 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, serke więcej 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 22,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, półdewica sopocka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,7 kcal, B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKT 27,1 g bł 28,4 g sól 4,3 g cukry 95,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cytrynonem 30g, półdewica sopocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka półdewicowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
wrządowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, półdewica sopocka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	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 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwański mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,3 g bł 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
niśkosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal, B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bł 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, półdewica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warzok ze szczypiorkiem i cebulą 70g, szynka półdewicowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,5 g bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce b/s-schab got. 50g	Sok pomidorowy 150ml- płynna	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwałski 50g, kefir 1 szt., cukrzyce bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rzecola 5g	en 2379,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bł 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 1szl., ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polewka sopočka mielona 50g, jablo gotowane 1 szl., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., przysmak suwałski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rzecola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g bł 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szl., schab gotowany 50g, hummus 50g, jablo 1 szl, ogórek 70g	Sok owocowy 1 szl.	Barszcz bez śmietany 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 1szl., filet kurczący 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 16,4 g bł 13,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herba 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jablo 1 szl, 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	Herba 200ml, wafile ryżowe 4szl., mix tl. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szl mix tl. 5g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jablo 1 szl, ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szl., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl, mix tl. 15g, przysmak suwałski 50g, serrek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bł 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

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 JądlOSPisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlektem, twarogke szczypiorom i cebulą, serrek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cyrnanonem, ser żółty

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlektem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopočka, szyńka polędwiczowa, przysmak suwałski, , kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopočka, przysmak suwałski, kiełb. suwałska, szynka polędwiczowa

Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, polędwica sopočka, przysmak suwałski, kiełb. suwałska, szynka polędwiczowa, deser sojowy

Gorczyca- polędwica sopočka, przysmak suwałski, kiełb. suwałska, szynka polędwiczowa

Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe

Sesam- hummus

Orzechy – masło orzechowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 16.04.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, 15g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt.,rucia 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 150g, kalafior na parze z pastkami 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-cieciarnowa 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 bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt.,rucia 5g		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		Kawa zboż. z mlekiem 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 bł 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt.,rucia 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 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 30,3 g bł 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Rz. na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 sztka, sernio gotowany 50g, gruska 1 szt.,rucia 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka 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 bł 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
wzrostowa	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kielbasa szynkowa mielona 50g, pasztet wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt.,rucia 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez smiaty 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 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 bł 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
miskosodowa	Rz. na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, sernio gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt.,rucia 5g		Pomidorowa z makaronem 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	en 2097,6 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bł 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Rz. na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, gruska 1 szt.,rucia 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 150g, kalafior na parze z pastkami słonecznika 150g, 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, 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 bł 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., kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, ogórek kiszony 50g,rucia 5g	chleb razowy 30g, przysmak słodki 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażką 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 bł 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g

wątrobową	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, bulko gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz zmielonym 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salati	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bi 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, jajo 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydżane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur z kap pękalskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz 200ml, bułka pszenna 1 szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salati, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bi 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 70g, jajo got 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	Wafile ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt, mix tl 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix salati	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bi 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedobrościach	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt, mix, tl 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., rucola 5g	chleb razowy 60g, mix tl 10g, bułka mielony 50g, ogórek 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur z kap pękalskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix, tl 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salati	en 2480,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bi 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
bi – białonik
sól – sól
cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – ryz na mleku, zupa pomidorowa mix tt, 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 w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp, szynka konserwowa, kasza jęczmienna
Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydżane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp, szynka konserwowa, deser sojowy
Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztet wp,, szynka konserwowa,
Jajka-jajo, szyncei z kurczaka

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 17.04.2024

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 1 szt., mix ti 15g, serykowa 50g, ser tłocznik 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 15g, pasta twarogowo-rybna ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, banan 1 szt., mix sałat z oliwą 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 sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix ti 10g, serykowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix 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 28,8 g sól 5,9 g cukry 92,1 g
paplowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix ti 10g, serykowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix 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 5,8 g cukry 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt, serykowa 30g, ser tłocznik 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszenk 100g, gotowany pulpet indyzy 60g, w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, serybka z piersi kurczaka 30g, kiełbasa krakowska parzona 30g, melon 100g, mix 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
wzrostowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix ti 10g, serykowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix 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
niskosolowa	Makaron na mleku2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, ser biały podłowy 70g, pasta z kurczaka gotowanego 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, jajo got. 1 szt., twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix 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, serykowa 30g, ser tłocznik 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszenk 200g, smażony kotlet mielony wp. 90g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, ołska pszenna 1szt, masło 82% ti 15g, serybka z piersi kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 99,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKT 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix ti 10g, serykowa 50g, ser biały 70g, cukrzycowa sowałska 50g, ser tłocznik 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g, liście salaty	kalina gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. be 200ml, chleb razowy 100g, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, cukrzycowa bobał- jajo gotowane 1szt, ogorek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKT 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wętrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, serykowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 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 sól 5,6 g cukry 92,1 g

dziet bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Masło owocowy 1 kaloryzowane 16g	Krupnik 200ml, kasza perzka 100g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, jajo got. 1 szt., deser sojowy 1 szt., melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 60,1 g T 41,6 g W 179,9 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 tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Masło owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jaję got. 1 szt., twaróg zw.60g, jajo got. 1 szt., deser sojowy 1 szt., melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKT 25,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z ciastem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza perzka 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, twaróg z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 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 29,9 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

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalosnie w dn. środa 1

Mleko (leżenie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rylna, ser biały, twaróg, ziołowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland

Złota zawierające gluten: zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa zbożowa z mlekem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska

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

Soję i produkty pochodne – wałki ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, deser sojowy

Gorczyca - szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska

Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane

Ryby- pasta twarogowo-rylna

Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.04.2024

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 parowa 100g, kanimber 30g, pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g Bt 23,9 g sól 4,8 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 wiśsi 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	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.90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiśsi 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw.90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść salaty	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
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopocka 30g, serek wiśsi 1 szt, pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	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
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 salaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść salaty	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
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 salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść salaty	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
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, polędwica sopocka 50g, serek wiśsi 1 szt, pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	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/sól - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszonej kapuszy 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 suwański 50g, kefir 1 szt., (cukrzykowa b/sól - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt,)pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g 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-owocowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 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 kapuszy 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 kapuszy 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki 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, serek 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 pierzgną 250g, gruska 1 szt, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekem 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 nadlopiście Czwartek 1.

Mleko (łącznie 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, serek wiejski, camembert, polędwica drobiowa

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

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

Gorzczyca- 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 19.04.2024

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 50g,sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trojkał 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 bi 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 mlekciem 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 357,2 g NKT 27,5 g bi 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
papłkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, 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, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twaróg 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 bi 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	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 15g, , gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trojkał 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 bi 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wzródowa	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	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekciem 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 359,3 g NKT 27,6 g bi 31,2 g sól 4,9 g cukry 89,2 g
niśkosrodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg ziołowy 70g, scharb 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 bi 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 1szt., 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 50g,sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trojkał 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 bi 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

ciężarówowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix salat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek żółtawy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (ciężarówowa 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 bi 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wałtorbowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., białka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt, jabłko gotowane 1 szt., mix salat 5 g		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, twarożek żółtawy 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 bi 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
beznleczna/ 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 salat 5 g	Sok owocowy 150 ml + gneśka 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schab 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 bi 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jabłko 1 szt., mix salat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, masło orzechowe 50g, schab 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 bi 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
przy miedokrwistościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jabłko 1 szt., mix salat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jabłko got. 1szt., papryka 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, twarożek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359,9 g NKT 27,6 g bi 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 – nasyczone kwasy tłuszczowe

bi – białnik

sól – sól

cukry - cukry

Mleko (głównie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawowa, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarożek żółtawy, ser żółty

Zboża zawierające gluten- szczawowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa,

Solja i produkty pochodne – waflle ryżowe, deser sojowy

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

Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tuńczykiem

Orzechy – masło orzechowe

Seratan- hummus

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 20.04.2024 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 1sz., mix tl. 10g, seradek 1sz., ser Hochland 2 pl., jabłko 1 sz., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa żółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1sz., mix tl. 15g, jajko 1 sz., krakowska 50 g, cynamber 30g, ser. z murelceki 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, mix tl. 10g, seradek 1sz., paszet 50g, jabłko 1 sz., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana murelceka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejsem 70g, melon 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, seradek mielony 1sz., paszet 50g, jabłko gotowane 1 sz., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż. z mleksem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 sz.	en 1159,6 kcal, B 65,5 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, paszeta 30g, jabłko 1 sz., 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 żółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 sz.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1sz., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 sz.,	en 1159,6 kcal, B 65,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl. 10g, seradek mielony 1sz., paszet 50g, jabłko gotowane 1 sz., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana murelceka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. z mleksem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 sz.	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 1sz., mix tl. 10g, jajo got. 1 sz., słoik gotowany 50g, jabłko 1 sz., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mleksem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tl. 10g, file kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejsem 70g, melon 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 1sz., masło (82%)15g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, paszeta 50g, jabłko 1 sz., 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 żółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 sz.	Kawa zboż. z mleksem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz., masło (82%) tl.15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 sz.	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., szałib gotowany 50g)	sok wielowarzynowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty	en 2158,6 kcal, B 90,4 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wątrbowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek mielony 1 szt., 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 mleksem 2% 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6 kcal, 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 kukurydziane 16g	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., jabłko 1 szt., krakowska 30 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., szałib gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gałka mięsna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4 szt., mix tl 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2108,6 kcal, 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, liść 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 mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb raz. 90g, 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 alergicznych w Jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mleksem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztet Seler-rosół z makaronem, szynkowa, pasztet, kawa zbożowa z mleksem, wędliny: serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna

Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet, pasta warzywna

Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp., deser sojowy

Jajo i prod. pochodne – jajo

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 21.04.2024 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 10g, twaróg ze śmietaną i ziołami 70g, soppoka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśty pekińskiej 150 g, kalerfaj z parzy 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 zbożowa200ml, chleb zw:90g, mix tł 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka 50g, jabłko 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśty pekińskiej 120g, kalerfaj z parzy 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
paplowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1szt., kalerfaj 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, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 30g, polędwica soppoka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	walfe ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfaj gotowany 60g, kisiel 200ml	Biskopki 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
wrżdowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw:90g, mix tł 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, soppoka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kalerfaj gotowany 120g, kisiel 200ml	biskopki 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
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw:90g, mix tł 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 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 zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, pośledwica sopocka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty	wafe ryzowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biskopiy 30g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Kawa zboz z mlekien 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 bi 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzycowa	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, ogorek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel 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 bi 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, t. twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekien 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 bi 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jablko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboz z mlekien 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 bi 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, jablko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogorek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafe 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 bi 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopocka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekien 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 bi 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

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tt,

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

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

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

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, szynkowa, sopocka, deser sojowy

Gorczyca- szynkowa, sopocka

Jajko – jajko gotowane, biskopity, schabowy wp.

Sesam- hummus

Orzechy – masło orzechowe