

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.05.2024

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, bułka pszenna 1 szt., mix 50 g, ser żółty 50 g, ziem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kielbasa wieprzowa 150g w łapieszce 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2608,3 kcal, B 115 g T 92,6 g W 344,8 g NKT 28,8 g bi 33,2 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 cyrmonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka 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, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bi 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 cyrmonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 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 bi 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 cyrmonem i cyrmonem 30g, polędwica sopocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polędwiczowa 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 bi 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cyrmonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa 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 bi 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
miskosodowa	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, miel 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 bi 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, polędwica sopocka 50 g, ser żółty 50 g, ziem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surowka 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, twaróg ze szczyporkiem i cebulą 70g, szynka polędwiczowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bi 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

cukrzykowa	Kawa zboż. bz cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce bś-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ pylna	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 z bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt.; cukrzyce bez soli - filet kurczy gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g 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 1szt., ser biały z cyraniem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 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 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 1szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, filet kurczy 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 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, ser biały z cyraniem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl.10g, filet kurczy 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. 1szt mix tl.15g, ser biały z cyraniem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g,jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, jajo got. 1szt., 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix 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 28,5 g bł 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergennych: w jadtospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktózą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl. masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek ziołowy, serek wiejski, kefir, miesz. mleczna, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, miesz. mleczna, Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski , kielb. suwalska,szynka polędwicowa, deser sojowy

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

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

Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.05.2024

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, pasztecik 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapuśy z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, ciutken 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta imurgowo-cizrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mandarynka 100 g	en 2495 kcal, B 106,3 g T 87,6 g W 329,9 g NKT 35,3 g bł 36,7 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, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap pełkńskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, 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
papłkowata	Ryż, na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, 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 g bł 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 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., chleb gotowany 30g, gruszek 1 szt., nuciola 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 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82%, 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, mandarynka 100g	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
wrzodowa	Ryż, na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banan 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., 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
niskosodowa	Ryż, na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, schleb gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., nuciola 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 1szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 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 bł 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Ryż, na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszek 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapuśy z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, 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, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek kiszony 50g, nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap pełkńskiej 120g, sur. z kiszanej kapuśy z zurawiną 120g, kompot owocowy błc 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 5,51 g cukry 46,4 g

wątrobową	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp 50g, biało gotowego jaj 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż zmielona 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g Bt 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur z kap pękskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g Bt 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 70g, jajo got 1 szt., banan 1 szt.,rucola 5g	Wafle ryżowe 4szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczący 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tl 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g Bt 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedokrwistościach	Ryż 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 ryżowy 60g, mix tl 10g, blok mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur z kap pękskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mleksem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat		en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g Bt 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
Bt – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. wtorek 1:
Mleko (łącznie z laktozą) – ryż, na mleku, zupa pomidorowa
Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mleklem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, mieszanka seler- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy
Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kompot owocowy
Jajka- jajko, szynceł wp, kłuski śląskie

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, twaróg ze śmietaną i cukrem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, miész, mleczna

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, mieszanka

Seler- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gorczyca– kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, jajka-jajko, szynceł wp, kluski śląskie

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.05.2024

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 tl. 15g, szybkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszek 160g, gotowany pulpet kotlet mielony wp. 90g, sur. z hlebki karpasy z mniszki i porow w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlektem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-rybna ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa kaniowska parzona 50g, banan 1 szt., mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2569,4 kcal, B 95,6 g T 66,1 g W 357,1 g NKT 31,2 g Bt 30,6 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 tl.10g, szybkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszek 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlektem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek 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 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
pappowala	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, szybkowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszek 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlektem i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek 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 5,6 g cukry 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szybkowa 30g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	Herbataiki 25g, mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszek 100g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym 60g, 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, szyrka z piersi kurczaka 30g, kiełbasa kaniowska parzona 30g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,7 kcal, B 94,9 g T 47,5 g W 1997 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 1 szt, chleb zw.60g, mix tl.10g, szybkowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pszek 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z mlektem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2465,2 kcal, B 94,1 g T 77,2 g W 228,6 g NKT 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 99,1 g
niskosodowa	Makaron na mleku2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, ser biały polibany 70g, pasta z kurczaka gotowanego 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboz z mlektem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., twarożek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2465,2 kcal, B 94,1 g T 67,1 g W 228,1 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, szybkowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	Herbataiki 25g, mnis owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszek 200g, smaczony kotlet mielony wp. 90g, sur. z hlebki karpasy z mniszki i porow w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zbożowa z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% tl. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, kiełbasa kaniowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 358,1 g NKT 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbożowa, bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, szybkowa 50g, ser biały 70g, cukrzykowa białej-pasta z kurczaka got. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, liść sałaty	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 300ml, kasza pszek 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur. z hlebki karpasy z mniszki i porow w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz, bke 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sowańska 50g, twarożek z ziołami 70g, cukrzykowa białej- jajo gotowane 1szt, ogonek 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 28,6 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, szybkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszek 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlektem i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, konserwa sowańska 50g, twarożek 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

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt. + chrupki kukurydżane 16g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., ciabich zw. 60g, jajo got. 1 szt., deser sojowy 1 szt., miod 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 60,1 g T 41,6 g W 179 g NKT 12,4 g Bj 14 g sól 3,9 g cukry 32,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, ciabich bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały pastylowy 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, Pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mas owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., warzoch 50g, wałki ryżowe 4szt., miod 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 Bj 30,9 g sól 4,7 g cukry 34,1 g
przy niedożywistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ciabich zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	ciabich mrozowy 80g, mix tl. 10g, kiebasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z miodem 2% i cukrem 200ml, ciabich zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, warzoch z zdanini 70g, miod 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 23,5 g Bj 29,5 g sól 5,8 g cukry 33,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. środa 1

Mleko (łączenie z laktozą) – makaron na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twaróg ziołowy, mieszanka płynna, herbatniki, mies. mleczna, ser Hochland

Zboża zawierające gluten - zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony WP, pulpet indyjski, kawa zbożowa, kawa inka z miodem, szynka, kiebasa krakowska, konserwa suwalska

Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, szynka, kasza krakowska, konserwa suwalska, deser sojowy

Gorczyca - szynka, kiebasa krakowska, konserwa suwalska

Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane

Ryby- pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.05.2024

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 1 szt., mix tl 15g, kiełbasa parówkowa 100g, cynamon 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., półdewica drobiowa 50g, pasta butterano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2753,9 kcal, B 85,4 g T 103,4 g W 364,63 g NKT 37,8 g bł 28,5 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 1 szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serce wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, przysmak suwałski 50g, półdewica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serce wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, przysmak suwałski mielony 50g, półdewica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, półdewica sopocka 30g, serce wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	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 pierś kurczaka 30g, półdewica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 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 1 szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, przysmak suwałski mielony 50g, półdewica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g bł 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g bł 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)115g,półdewica sopocka 50g,serce wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, półdewica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

						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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bł 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 brokietowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wale ryżowe 2 szt.	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	
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 truskawko-twarogowy 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 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 1 szt., 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 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 ziemniaczna 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wale 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, rzodkiewka 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchną 250g, gruszka 1 szt, kompot owocowy 200ml		Kawa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bł 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry – cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie. Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tt., masło 82% kawa z makiem, zapiekanka ryżowa, makaron z cukrem serem i śmietaną, mieszanka pylna, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa inka z makiem, mieszanka mleczna, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa, polędwica

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

Jajo—jajo gotowane, pyzy ziemniaczane

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

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 31.05.2024

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 10g		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 mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2787,1 kcal, B 120,6 g T 85 g W 377,6 g NKT 34 g bi 38,1 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 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 mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarógzek zielony 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
parpkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, jablo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 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, twarozek zielony 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 1szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g	Galearka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopcy 15g., gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g bi 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wrzdowowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jablo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 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	Biskopcy 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarozek zielony 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
miśkosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twarozek zielony 70g, schab gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g 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 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g	Galearka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszonej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopcy 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkąt Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 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

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

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1
Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem
Zboża zawierające gluten– szczawiowa, kalifiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, kasza jęczmienna, kasza jęczmienna 120g, kompot owocowy b/c 200ml
Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy
Selier- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa
Jajo – jajo got., biskopki, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku
Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze

en - wartość energetyczna
 B – białko ogółem
 T – tłuszcz
 W – węglowodany ogółem
 NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
 bł – błonnik
 sól – sól
 cukry - cukry
 Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1
 Mleko (łącznie z laktacją) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, młk tł., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopyrka z masłem
 Zboża zawierające gluten– szczawiowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskopcy, kawa linka z mlekiem, mieszanka mleczna, szynkowa, kopyrka z masłem,
 Sól i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy
 Jajo – jajo got., biskopcy, pasta jajeczna, kopyrka z masłem, dorsz w jajku
 Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 01.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywczą i kaloryczną posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, ser Hochtand 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jabłko 1 szt., krakerska 50 g, camembert 50g, sur. z marchewki 70g, marmadanka 100g	en 2430,1 kcal, B 91,9 g T 86 g W 320,6 g NKT 29,7 g bł 33,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serdeczek 1 szt., pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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, serdeczek mielony 1 szt., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2228,6kcal, B 89,9 g T 75,3 g W 302,5 g NKT 26,9 g bł 28 g sól 5,3 g cukry 89,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, polędwica drobiowa 30g, pasztecik 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 15g, melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, krakerska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wrodzowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serdeczek mielony 1 szt., pasztecik 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 15g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, krakerska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2270,1kcal, B 90 g T 76 g W 320,3 g NKT 26,1 g bł 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
niśkosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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 1 szt., masło (82%) 15g, ser Hochtand 2 pl., polędwica drobiowa 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 zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) tl. 15g, krakerska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g

					en 2158,6kcal, B 90,6 T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, serdelek 1 szt., pasztet 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., sctab gotowany 50g)	chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g., gotowana fasolka szparagowa żółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kejfir 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., serdelek mielony 1szt., pasztet 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.
dzietci 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 + melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, melon 100g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, jajo got. 1 szt., sctab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, galka miśnina indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4 szt., mix tl.10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w „Jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa z zielonego groszku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, kefir, mieszanka mleczna, jogurt naturalny, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek topiony, camembert
Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, zupa z zielonego groszku, szynkowa, pasztet, kawa zbożowa z makiem, wędliny, serdelek, krakowska, mieszanka płynna, sos musztardowy, sos pomidorowy, kawa zbożowa, konserwa suwańska

Seler- Zupa z zielonego groszku, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztet

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

Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztet wp.

Jajo i prod. pochodne— jajo, paluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 02.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, twaróg z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 150g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2509,8 kcal, B 114,2 g T 89,8 g W 338,1 g NKT 32,9 g bł 32,9 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kaliafor z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
papkowata	Jak lekkostrawna - chleb zwykły 90g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twaróg ze śmietaną, cukrem i cytrynowym 30g, polędwica sopočka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafile 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	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, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml	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 zbożowa 200ml, 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

							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
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, twarzątek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 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	Biskopki 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g		
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarzątek z papryką i ziołami 70g, sopocka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g	
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, i twarzątek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt, kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g	
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, hummus 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1003,9 kcal, B 65,4 g T 48,9 g W 203,3 g NKT 13,1 g Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 90,7 g	
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, twarzątek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., 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 Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g	
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł. 5g, twarzątek ze śmietaną, cukrem i cytrynonem 70g, sopocka 50g, jabłko 1 szt, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kiełbasa 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	

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa, mieszanka mleczna, twaróg z papryką i ziołami, twaróg ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser topiony, kefir

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa inka, mieszanka mleczna, herbatniki, szynkowa, soppockaschabowy wp, filet w sosie

Seler- zupa obiadowa; rosół, szynkowa, ogórek z sosem ziołowym, soppocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, soppocka, deser sojowy

Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, soppocka

Jajko – jajko gotowane, biszkopty, schabowy wp.