

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 13.11.2023 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna 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 1szt, mix II, 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kasza woprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix II, 15g, warzok ze syczynikiem i cebulą 70g, syczka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,5 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 5,6 g cukry 98,8 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix II, 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, szech 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 1szt, mix II, 10g, prąsniak suwalski 50g, serke więcej 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2277,6 kcal, B 104,4 g T 74,5 g W 309,1 g NKT 27,15 g Bt 28,7 g sól 5,3 g cukry 101 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix II, 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, szech duszony 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 II, 10g, prąsniak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2279,9 kcal, B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g Bt 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 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 cytrynowym 50g, polewka sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, szech duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka 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, syczka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 61,3 g T 20,8 g W 183,5 g NKT 13,2 g Bt 15,7 g sól 2,8 g cukry 88,5 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix II, 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, szech 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 1szt, mix II, 10g, prąsniak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2490,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 22,2 g Bt 25,8 g sól 4,3 g cukry 119,5 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix II, 10g, ser biały 70g, szech gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Idk, lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix II, 10g, Rilec karczocy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2141,7 kcal, B 104,2 g T 51,2 g W 356,6 g NKT 26,7 g Bt 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 250g, szech 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 1szt., mix II, 15g, warzok ze syczynikiem i cebulą 70g, syczka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 5,6 g cukry 98,8 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix II, 10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzy białe szech got 50g	Sok pomidorowy 150ml + pycha	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, szech duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jogo gotowane 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix II, 10g, prąsniak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzy bez soli - Rilec karczocy gotowany 50g, pomidor 70g, march 5g	en 2679,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 370,2 g NKT 36,1 g Bt 40 g sól 5,3 g cukry 98,8 g

wątrobową	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka mielona 50g, jabko gotowane 1 szt., liść salaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, ciacho aw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, nuchol 5g	en 2286,5 kcal. B 90,2 g T 74,4 g W 321 g NKT 20 g Bt 26,3 g sól 3,1 g cukry 90,5 g
dzianci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., polewka sopočka 50g, deser sojowy 1 szt., jabko 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	Mas owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka polędwica 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1189,9 kcal. B 106,9 g T 96,7 g W 305,8 g NKT 25,4 g Bt 16,2 g sól 3,1 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, ciacho bezglutenowy 90g, mix ti 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 50g, schab gotowany, 50g, jabko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix ti 10g, filet kurczaka gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2181,5 kcal. B 114,4 g T 68,6 g W 273,3 g NKT 24 g Bt 27,1 g sól 4,7 g cukry 107,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciacho aw 90g, bułka psz. 1szt, mix ti 5g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabko 1 szt., ogórek 70g	ciacho razowy 80g, mix ti 10g, jabko got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, sardynka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, ciacho aw 90g, bułka pszenna 1szt., mix ti 15g, przysmak suwański 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2759,1 kcal. B 107,6 g T 91,9 g W 95,7 g NKT 38,7 g Bt 44,7 g sól 7,12 g cukry 95,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

bt - bionnik

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix ti., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek ziółowy, serek wiejski, kefir, miesz. mleczna, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopočka, szynka polędwica, przysmak suwański, miesz. mleczna, Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopočka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, szynka polędwica, deser sojowy

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopočka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, szynka polędwica

Gorczyca- polędwica sopočka, przysmak suwański, kiełb. suwańska, szynka polędwica

Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 14.11.2023

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, kiełbasa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszkę 1 szt., ricola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, sur. z kiszonych kapuś z zurewina 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, pasta twarogowo-cieciżkowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, wstępno 100 g	en 2574,2 kcal, B 110,2 g T 97,2 g W 308,9 g NKT 30,2 g Bj 30,2 g sól 5,7 g cukry 99,5 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, kiełbasa 50g, pasztecik wp. 50g, jęto 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap pakiściel 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix siałt	en 2489,6 kcal, B 108,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 28,2 g Bj 29,2 g sól 5,3 g cukry 102,3 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 90g, mix tł. 10g, kiełbasa 50g, pasztecik wp. 50g, jęto 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix siałt	en 2279,9 kcal, B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g Bj 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 82% 10g, jęto 1 szt., kiełbasa 50g, gruszkę 1 szt., ricola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % i szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, wstępno 100g	en 2591,3 kcal, B 109,9 g T 68 g W 368 g NKT 20,1 g Bj 23,4 g sól 4,9 g cukry 89,1 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, kiełbasa 50g, pasztecik wp. 50g, jęto 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix siałt	en 2447,7 kcal, B 104,2 g T 51,2 g W 95,6 g NKT 20,7 g Bj 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g
niskosolowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, siałb gotowany 50g, jęto 1 szt., banan 1 szt., ricola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, wstępno 100g	en 2748,5 kcal, B 110,9 g T 99,9 g W 302,1 g NKT 29,9 g Bj 30,9 g sól 5,8 g cukry 120,1 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, jęto gotowane 1szt., kiełbasa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszkę 1 szt., ricola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szałcyl z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszonych kapuś z zurewina 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % i szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, wstępno 100g	en 2748,5 kcal, B 110,9 g T 99,9 g W 302,1 g NKT 29,9 g Bj 30,9 g sól 5,8 g cukry 120,1 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, ciacho razowy 100g, mix tl. 10g, jaj gotowane 1szt., kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, ogórek kiszony 50g, miodola 5g	Chrupki kukurydziane 30g	Pomidorowa z makaronem 360ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekiskiej 120g, sur. z kiszonej kapusty z zetrwaną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, ciacho razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix siałt	en 2700,8 kcal, B 120,6 g T 96,5 g W 281,2 g NKT 9 g bł 40 g sól 5,3 g cukry 98,8 g
wałtorowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciacho raz. 60g, bułka pszenna 1szt., kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, biało gotowanego jaja 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g		Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. zmiekiem 2% 200ml, ciacho razowy 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa miodola 50g, pomidor 70g, mix siałt	en 2255,1 kcal, B 91,2 g T 73,7 g W 328 g NKT 23 g bł 24,3 g sól 3,5 g cukry 94,5 g
dzici bezmleczna	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	Wańe ryżowe 2szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekiskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, wańe ryżowe 4szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix siałt, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 106,9 g T 96,7 g W 305,8 g NKT 25,4 g bł 16,2 g sól 3,1 g cukry 87,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, ciacho bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	Wańe ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 360ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wańe ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix siałt	en 2181,5 kcal, B 114,4 g T 68,6 g W 273,3 g NKT 24 g bł 27,1 g sól 4,7 g cukry 107,5 g
przy niedokrwistościach	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, ciacho razowy 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	ciacho razowy 60g, mix tl. 10g, białe mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 360ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekiskiej 150g, marchewka gotowana na parze 130g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, ciacho raz. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix siałt	en 2759,1 kcal, B 107,6 g T 91,9 g W 95,7 g NKT 38,7 g bł 44,7 g sól 7,12 g cukry 95,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

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, twarożek ze śmietaną i cukrem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, miesz. mleczna Zboża zawierające gluten - pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, kiebasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, mieszanka pyłna, kasza jęczmienna

Seler - zupa pomidorowa, kiebasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Soja i produkty pochodne - chrupki kukurydziane, kiebasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy Gorczyca - kiebasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, jajka-jajo, szynceł wp., kluski śląskie

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 15.11.2023

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka poszema 1 szt, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Zupa ogólna 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2785,5 kcal, B 115,2 g T 99,2 g W 309,3 g NKT 31,2 g Bt 29,8 g sól 6,4 g cukry 99,7 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka poszema 1 szt, chleb zw 60g, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2511,6 kcal, B 105,2 g T 79,1 g W 298,1 g NKT 29,9 g Bt 29,8 g sól 6,4 g cukry 105,3 g
popłokowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka poszema 1 szt, chleb zw 60g, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2098,4 kcal, B 99,9 g T 67,5 g W 328,7 g NKT 20,9 g Bt 31,7 g sól 4,1 g cukry 85,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka poszema 1 szt, chleb zw 60g, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 1240,8 kcal, B 63,8 g T 23,5 g W 189,7 g NKT 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,8 g cukry 88,8 g
wzrostowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka poszema 1 szt, chleb zw 60g, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2401,5 kcal, B 110,1 g T 68,8 g W 367,2 g NKT 21,1 g Bt 22,8 g sól 5,4 g cukry 125,2 g
niskoenergetyczna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka poszema 1 szt, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2095,7 kcal, B 103,9 g T 51,8 g W 96,8 g NKT 20,3 g Bt 26,6 g sól 3,5 g cukry 95,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka poszema 1 szt, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2693,5 kcal, B 170,8 g T 100,1 g W 303,9 g NKT 29,9 g Bt 38,9 g sól 6,7 g cukry 121,9 g
cyktryzowana	Kawa zbożowa 200 ml, chleb zw 60g, bułka poszema 1 szt, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2701,5 kcal, B 120,8 g T 98,5 g W 290,1 g NKT 22,3 g Bt 41,9 g sól 4,9 g cukry 99,8 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka poszema 1 szt, mix 15g, seryśowa 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Kasza 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany ryż 160g, młody wędz. 50g, ser biały 70g, jogurt 200ml, 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	en 2234,2 kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 328,9 g NKT 21,5 g Bt 22,9 g sól 3,9 g cukry 93,6 g

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 16.11.2023

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, klebsa przetworzona 1 szt., emmentaler 30g, pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z miodem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jętko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buttermano-śmietanowa 70g, pomidor 70g	en 2578,5 kcal, B 113,5 g T 99 g W 310,6 g NKT 28,2 g Bt 27,8 g sól 5,8 g cukry 102,1 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-śmietanowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak siewski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2311,6 kcal, B 107,1 g T 79 g W 299,9 g NKT 25,3 g Bt 27,1 g sól 4,9 g cukry 105,9 g
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, blok mielony 30g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-śmietanowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z miodem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, przysmak siewski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2108,4 kcal, B 99,9 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g Bt 27,9 g sól 4 g cukry 96 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, serce wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-śmietanowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło drobiowa 30g, pomidor 70g, liść salaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 25,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wzrostowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml, bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-śmietanowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z miodem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak siewski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2254,1 kcal, B 107,8 g T 68,1 g W 368,2 g NKT 20,1 g Bt 20,4 g sól 4,9 g cukry 125,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, sechb gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-śmietanowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z miodem 2% i cukrem 200ml, chleb pszena 1szt., mix tl 10g, jętko gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2069,7 kcal, B 103 g T 51,4 g W 96,9 g NKT 19,2 g Bt 24,1 g sól 3,5 g cukry 97,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, polędwica sopočka 70g, serce wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść salaty	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 miodem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, sarnka z pieści kureczka 70g, polędwica drobiowa 70g, pomidor 70g, liść salaty	en 2498,5 kcal, B 110,2 g T 99,8 g W 300,1 g NKT 29,2 g Bt 30,3 g sól 5,6 g cukry 123 g

kulturzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl, ciakrycowa b/sol - schab gotowany 50g, ogorek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krabowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie broklowym 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wale ryżowe 2 szl	Kawa zboż z cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl, ciakrycowa b/sol - jajo gotowane 1 szl, kefir 1 szl, pomidor 70g, liść sałaty	B 1402,8 T 99,8 g W 751,8 NKT 21,3 g Bt 37,5 g sól 4,9 g cukry 99,9 g
	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szl, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szl, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szl, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szl, polędwica soppka 50g, deser sojowy 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie broklowym 60g, surówka z kiszanej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szl, chleb aw 60g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1365,5 kcal, B 109,9 g T 99,9 g W 310,5 g NKT 24,6 g Bt 14,5 g sól 3,4 g cukry 50,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbat 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbat 200ml, wale ryżowe 1szl, mix tl 10g, jajo gotowane, kefir 1 szl, pomidor 70g, liść sałaty	en 2069,8 kcal, B 110,4 g T 68,1 g W 274,2 g NKT 20 g Bt 24,3 g sól 3,9 g cukry 105,9 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, blok mielony 50g, serok więksi 1 szl, pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, soppkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pieczarką 250g, gruska 1 szl, kompot owocowy 200ml	Kawa z makiem 2% i ciakiem 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	Kawa z makiem 2% i ciakiem 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1szl, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2698,9 kcal, B 103,9 g T 92,4 g W 99,9 g NKT 37,2 g Bt 36,7 g sól 6,9 g cukry 98,8 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nierasyczone kwasy tłuszczowe

Bt - błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jajłospisłe Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix t%, masło 82% kawa z makiem, zapiekanka ryżowa, makaron z cukrem serem i śmietaną, mieszanka ryżowa, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczone, makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa inka z makiem, mieszanka mleczna, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, Selet- zupa fasolowa, chtiopska, fasolowa, schab w sosie broklowym

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

Jajo—jajo gotowane, piży ziemniaczane

Sół- przysmak suwalski, kiełbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser sojowy

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 17.11.2023

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 ti 15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony dorsz w jajku 90g, sur z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Kaliaforowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur z marchewki 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trojęst Hochland 1 szt., serekka z twarogiem 100g, liść sałaty	B 115,7 g T 100,9 g W 311,7 g NKT 30,2 g bi 29,8 g sól 6,5 g cukry 105,3 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Kaliaforowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur z marchewki 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml			Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 10g, twarog z zielony 70g, dzem 1 szt., serekka z twarogiem 100g, liść sałaty	B 109,1 g T 80,2 g W 300,9 g NKT 23,5 g bi 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
parpkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix ti 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Kaliaforowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml			Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix ti 10g, twarog zielony 70g, dzem 1 szt., serekka z twarogiem 100g, liść sałaty	en 2110,5 kcal B 100,9 g T 69,8 g W 323,6 g NKT 18,8 g bi 24,6 g sól 3,8 g cukry 99,6 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jableczna 30g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galeretka owocowa 200g	Kaliaforowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smazony dorsz w jajku 60g, sur z marchewki 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 15g, gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 70g, ser żółty Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1109,6 kcal B 66,6 g T 27,1 g W 199,3 g NKT 12,1 g bi 12,1 g sól 3,1 g cukry 89,1 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 180 ml	Kaliaforowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 10g, twarog zielony 70g, dzem 1 szt., serekka z twarogiem 100g, liść sałaty	en 2135,2 kcal B 108,2 g T 68,4 g W 368,1 g NKT 19,3 g bi 19,5 g sól 4,1 g cukry 126 g
niekosmowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 10g, twarog zielony 70g, serek gotowany 50g, dzem 1 szt., liść sałaty	en 2389,6 kcal B 109 g T 79,9 g W 304 g NKT 23,6 g bi 25,2 g sól 4,4 g cukry 103,3 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% ti 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galeretka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smazony dorsz w jajku 90g, sur z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trojęst Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2562,4 kcal B 111,4 g T 99,9 g W 300,5 g NKT 25,4 g bi 25,3 g sól 4,5 g cukry 124 g
ciężka	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix ti 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Kaliaforowa 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, ciasto bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix ti 10g, twarog zielony 70g, serekka z twarogiem 100g, liść sałaty (ciężka b/c soli, serekka gotowany 50g)	en 2331,1 kcal B 105,5 g T 98 g W 289,8 g NKT 19,9 g bi 28,8 g sól 3,9 g cukry 99,9 g

wątrobową	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., bułka z 2 jaj, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix siałat 5 g		Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, twaróg żółty 70g, dżem 1 szt., siałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2199,9 kcal, B 93,4 g T 71,3 g W 365,2 g NKT 18,9 g bi 18,8 g sól 3,1 g cukry 100 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajko gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix siałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez smietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Wałec ryżowe 2szt	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 1289,5 kcal, B 109 g T 99,9 g W 310,9 g NKT 20,1 g bi 13,5 g sól 3,3 g cukry 90,4 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix siałat 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	Wałec ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 2055,8 kcal, B 99,9 g T 68,2 g W 275,1 g NKT 20,2 g bi 23,2 g sól 3,9 g cukry 104,9 g
przy miedokrwistościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z ciętym 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix siałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajko got. 1szt., papryśka 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, twaróg żółty 70g, dżem 1 szt., siałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 102,9 g T 93,1 g W 101,2 g NKT 34,2 g bi 33,2 g sól 5,1 g cukry 98,5 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
B - białko ogółem
T - tłuszcz
W - węglowodany ogółem
NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe
bi - białnik
- Wykaz składników alergennych: w jądłospie w dn. piątek 1
- Mleko (jeźnie z laktozą) – ryż na mleku, zupa objasowa, kalafiorowa, szczawowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem
- Zioła zawierające gluten: szczawowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz zmałony/dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa lina z mlekiem, mieszanka mleczna, szynkowa, kopytka z masłem
- Soja i produkty pochodne – wałec ryżowe, deser solowy
- Jajco – jajko got., biszkopty, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku
- Ryby – dorsz w jajku, dorsz na parze

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.11.2023 r.

SUBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.11.2023 r.						
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Półwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, szynkowa 70g, ser Hirschland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2%, ciastem 200ml, chleb aw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jabłko 1 szt., krakerska 50 g, ciemnobrzozy 50g, ser z marmelatą 70g, winogrono 100g	en 2675,2 kcal, B 110,2 g T 99,2 g W 310,3 g NKT 33,2 g Bt 29,1 g sól 5,8 g cukier 100,3 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, serbiński 1 szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 120 g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2%, ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	B 108,9 g T 79,9 g W 310,4 g NKT 30,2 g Bt 26,2 g sól 5,9 g cukier 109,9 g
pyrkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciastem 200ml, chleb aw 90g, mix tl 10g, serbiński 1 szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z młkiem 2%, ciastem 200ml, chleb aw 90g, mix tl 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2190,8 kcal, B 107,9 g T 80,3 g W 311,5 g NKT 30,2 g Bt 26,1 g sól 5,9 g cukier 109,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z ciastem 200 ml, chleb razowy 30g, masło 82% 10g, serbiński 1 szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Ciepłutki kaszany 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z ciastem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.,	en 1240,9 kcal, B 61,9 g T 21,9 g W 193,5 g NKT 13,3 g Bt 15,3 g sól 3,5 g cukier 90,6 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jabłko got. 1 szt., serbiński 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Ciepłutki kaszany 100g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 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 młkiem 2%, ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2387,5 kcal, B 109,9 g T 68 g W 375 g NKT 20 g Bt 23,5 g sól 4,9 g cukier 129,9 g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jabłko got. 1 szt., serbiński 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z młkiem 2%, ciastem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, ciast kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2225,3 kcal, B 108,1 g T 78,8 g W 309,7 g NKT 27,7 g Bt 26,2 g sól 4,8 g cukier 110,6 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa ciastem 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynkowa 70g, ser Hirschland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Ciepłutki kaszany 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2%, ciastem 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, krakerska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2699,9 kcal, B 110,3 g T 98,9 g W 313,5 g NKT 30,7 g Bt 28,5 g sól 5,5 g cukier 107,8 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serbiński 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g, cukier 5g, jabłko got. 1 szt., serbiński 50g	ciasteczki kaszany 100g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel bez cukru 200ml	Kisiel 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść salady	en 2385,9 kcal, B 109,2 g T 79,7 g W 315,1 g NKT 28,9 g Bt 26,9 g sól 5,5 g cukier 110,9 g

wątrobowa Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., serdeczek mielony 1 szt., pszczał 50g, jabłko gotowane 1 szt., posiekane 70g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablem 120g, gotowane marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z miodem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., krakerska miodowa 50g, ser biały 70g, mas owocowy 1 szt.	en 2290,1 kcal, B 98,2 g T 72,7 g W 30,5 g NKT 20 g Bf 23,6 g sól 4,9 g cukry 130 g
dziet bezmleczna Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., serdeczek 1 szt., pszczał 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablem 60g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., jabłko 1 szt., krakerska 50g, mas owocowy z olejem 70g, miodem 100g	en 1220,9 kcal, B 62,5 g T 33,5 g W 190,6 g NKT 13,7 g Bf 15,7 g sól 3,5 g cukry 97,8 g
bezglutenowa Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, miks 1 l, 10g, jajo got. 1 szt., ser biały gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Zupa z zielonego groszku bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, jablek miodowa 60g, buraczki z jablem 120g, kisiel 200ml	Herbata 200ml, warzywa gotowane 1 szt., miks 1 l, 10g, fillet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miodem 100g	en 2135,5 kcal, B 115,7 g T 68,8 g W 274,6 g NKT 22,6 g Bf 26,5 g sól 4,3 g cukry 109,9 g
przy niedokrwistościach Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, 90g miks 1 l, 5g, bułka pszenna 1 szt., serdeczek 70g, ser Hochland 2 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jablem 120g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z miodem 2% i cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1 szt., miks 1 l, 15g, krakerska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, miodem 100g	en 2670,1 kcal, B 106,6 g T 93,9 g W 91,8 g NKT 39,7 g Bf 39,9 g sól 6,5 g cukry 96,6 g

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Sobota 1

Mleko (tęgiem i sutoją) – mleki, owiane na mleku, żupa z żółtego broszku, mix, masło 82%, kawa zbozowa z makiem, kefir, mieszanina miedzna, jogurt naturalny, jogurt owocowy, ser bialy półtłusty, serke topiony canamont, Zosza zawierajace E-110, E-112, E-113, E-114, E-115, E-116, E-117, E-118, E-119, E-120, E-121, E-122, E-123, E-124, E-125, E-126, E-127, E-128, E-129, E-130, E-131, E-132, E-133, E-134, E-135, E-136, E-137, E-138, E-139, E-140, E-141, E-142, E-143, E-144, E-145, E-146, E-147, E-148, E-149, E-150, E-151, E-152, E-153, E-154, E-155, E-156, E-157, E-158, E-159, E-160, E-161, E-162, E-163, E-164, E-165, E-166, E-167, E-168, E-169, E-170, E-171, E-172, E-173, E-174, E-175, E-176, E-177, E-178, E-179, E-180, E-181, E-182, E-183, E-184, E-185, E-186, E-187, E-188, E-189, E-190, E-191, E-192, E-193, E-194, E-195, E-196, E-197, E-198, E-199, E-200, E-201, E-202, E-203, E-204, E-205, E-206, E-207, E-208, E-209, E-210, E-211, E-212, E-213, E-214, E-215, E-216, E-217, E-218, E-219, E-220, E-221, E-222, E-223, E-224, E-225, E-226, E-227, E-228, E-229, E-230, E-231, E-232, E-233, E-234, E-235, E-236, E-237, E-238, E-239, E-240, E-241, E-242, E-243, E-244, E-245, E-246, E-247, E-248, E-249, E-250, E-251, E-252, E-253, E-254, E-255, E-256, E-257, E-258, E-259, E-260, E-261, E-262, E-263, E-264, E-265, E-266, E-267, E-268, E-269, E-270, E-271, E-272, E-273, E-274, E-275, E-276, E-277, E-278, E-279, E-280, E-281, E-282, E-283, E-284, E-285, E-286, E-287, E-288, E-289, E-290, E-291, E-292, E-293, E-294, E-295, E-296, E-297, E-298, E-299, E-300, E-301, E-302, E-303, E-304, E-305, E-306, E-307, E-308, E-309, E-310, E-311, E-312, E-313, E-314, E-315, E-316, E-317, E-318, E-319, E-320, E-321, E-322, E-323, E-324, E-325, E-326, E-327, E-328, E-329, E-330, E-331, E-332, E-333, E-334, E-335, E-336, E-337, E-338, E-339, E-340, E-341, E-342, E-343, E-344, E-345, E-346, E-347, E-348, E-349, E-350, E-351, E-352, E-353, E-354, E-355, E-356, E-357, E-358, E-359, E-360, E-361, E-362, E-363, E-364, E-365, E-366, E-367, E-368, E-369, E-370, E-371, E-372, E-373, E-374, E-375, E-376, E-377, E-378, E-379, E-380, E-381, E-382, E-383, E-384, E-385, E-386, E-387, E-388, E-389, E-390, E-391, E-392, E-393, E-394, E-395, E-396, E-397, E-398, E-399, E-400, E-401, E-402, E-403, E-404, E-405, E-406, E-407, E-408, E-409, E-410, E-411, E-412, E-413, E-414, E-415, E-416, E-417, E-418, E-419, E-420, E-421, E-422, E-423, E-424, E-425, E-426, E-427, E-428, E-429, E-430, E-431, E-432, E-433, E-434, E-435, E-436, E-437, E-438, E-439, E-440, E-441, E-442, E-443, E-444, E-445, E-446, E-447, E-448, E-449, E-450, E-451, E-452, E-453, E-454, E-455, E-456, E-457, E-458, E-459, E-460, E-461, E-462, E-463, E-464, E-465, E-466, E-467, E-468, E-469, E-470, E-471, E-472, E-473, E-474, E-475, E-476, E-477, E-478, E-479, E-480, E-481, E-482, E-483, E-484, E-485, E-486, E-487, E-488, E-489, E-490, E-491, E-492, E-493, E-494, E-495, E-496, E-497, E-498, E-499, E-500, E-501, E-502, E-503, E-504, E-505, E-506, E-507, E-508, E-509, E-510, E-511, E-512, E-513, E-514, E-515, E-516, E-517, E-518, E-519, E-520, E-521, E-522, E-523, E-524, E-525, E-526, E-527, E-528, E-529, E-530, E-531, E-532, E-533, E-534, E-535, E-536, E-537, E-538, E-539, E-540, E-541, E-542, E-543, E-544, E-545, E-546, E-547, E-548, E-549, E-550, E-551, E-552, E-553, E-554, E-555, E-556, E-557, E-558, E-559, E-560, E-561, E-562, E-563, E-564, E-565, E-566, E-567, E-568, E-569, E-570, E-571, E-572, E-573, E-574, E-575, E-576, E-577, E-578, E-579, E-580, E-581, E-582, E-583, E-584, E-585, E-586, E-587, E-588, E-589, E-590, E-591, E-592, E-593, E-594, E-595, E-596, E-597, E-598, E-599, E-600, E-601, E-602, E-603, E-604, E-605, E-606, E-607, E-608, E-609, E-610, E-611, E-612, E-613, E-614, E-615, E-616, E-617, E-618, E-619, E-620, E-621, E-622, E-623, E-624, E-625, E-626, E-627, E-628, E-629, E-630, E-631, E-632, E-633, E-634, E-635, E-636, E-637, E-638, E-639, E-640, E-641, E-642, E-643, E-644, E-645, E-646, E-647, E-648, E-649, E-650, E-651, E-652, E-653, E-654, E-655, E-656, E-657, E-658, E-659, E-660, E-661, E-662, E-663, E-664, E-665, E-666, E-667, E-668, E-669, E-670, E-671, E-672, E-673, E-674, E-675, E-676, E-677, E-678, E-679, E-680, E-681, E-682, E-683, E-684, E-685, E-686, E-687, E-688, E-689, E-690, E-691, E-692, E-693, E-694, E-695, E-696, E-697, E-698, E-699, E-700, E-701, E-702, E-703, E-704, E-705, E-706, E-707, E-708, E-709, E-710, E-711, E-712, E-713, E-714, E-715, E-716, E-717, E-718, E-719, E-720, E-721, E-722, E-723, E-724, E-725, E-726, E-727, E-728, E-729, E-730, E-731, E-732, E-733, E-734, E-735, E-736, E-737, E-738, E-739, E-740, E-741, E-742, E-743, E-744, E-745, E-746, E-747, E-748, E-749, E-750, E-751, E-752, E-753, E-754, E-755, E-756, E-757, E-758, E-759, E-760, E-761, E-762, E-763, E-764, E-765, E-766, E-767, E-768, E-769, E-770, E-771, E-772, E-

Seier-Zuch z zielonego broszku, srynkowa, sercelek, Krakowska, paszet
 Sojai produkty pocnocne—wiefe ydwne, srynkowa, sercelek, Krakowska, paszet w/, ceser sojowy
 Gortyca-sercelek, Krakowska, srynkowa, paszet w/,
 Jajci prod. pocnocne—jajo, baluszki ziemniaczane

Seier-Zuch z zielonego broszku, srynkowa, sercelek, Krakowska, paszet
 Sojai produkty pocnocne—wiefe ydwne, srynkowa, sercelek, Krakowska, paszet w/, ceser sojowy
 Gortyca-sercelek, Krakowska, srynkowa, paszet w/,
 Jajci prod. pocnocne—jajo, baluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 19.11.2023 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka 50g, liść sałaty, dzem 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pekińskiej 150 g, kalerion z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2672,2 kcal, B 110,5 g T 98,1 g W 308,8 g NKT 30,3 g bi 29,9 g bi 29,9 g sól 6,4 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty		Rosół z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalerion gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2455,6 kcal, B 108,8 g T 74 g W 309,7 g NKT 28,3 g bi 26,5 g sól 54,9 g cukry 101,4 g
parkowa	Jak lekkostrawna - chleb zwykły 90g, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Rosół z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalerion gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 1220,8 kcal, B 61,9 g T 66,3 g W 328,5 g NKT 19,6 g bi 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,2 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (87%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 30g, polędwica sopočka 30g, jablko 1 szt., liść sałaty	wafe ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalerion gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (87%) 10g, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1220,8 kcal, B 61,9 g T 21,9 g W 193,1 g NKT 12,9 g bi 14,5 g sól 3,6 g cukry 89,8 g
wrządowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczka bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jablko gotowane 1 szt., kalerion gotowany 120g, kisiel 200ml	Biszkopty 20g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2352,2 kcal, B 102,3 g T 68,1 g W 366,9 g NKT 19,1 g bi 21,5 g sól 4,5 g cukry 122,7 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 70g, sopočka gotowana 50g, jablko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2138 kcal, B 105,4 g T 51,7 g W 85,4 g NKT 19,7 g bi 29,4 g sól 3,3 g cukry 95,7 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, twaróg ze smietaną, cukrem i cytrynowym 70g, polędwica sopočka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty	wafe ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pekińskiej 150 g, kalerion z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2650,1 kcal, B 110,6 g T 98,2 g W 308,6 g NKT 30,5 g bi 29,6 g sól 6,5 g cukry 99,6 g

cukrzykowa	Kawa zbożowabz cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 4:10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść salaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Rosół z makaronem 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 4:10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2500,9 kcal, B 120,5 g T 89,7 g W 282,8 g NKT 20,1 g Bt 38,8 g sól 5,5 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, t twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt, liść salaty		Ziemięczana bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 60g, kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2205,1 kcal, B 91,6 g T 73,7 g W 329 g NKT 19 g Bt 21 g sól 4,6 g cukry 95,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, schab gotowany 50g, sopočka 50g, jabłko 1 szt, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Rosół z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1178,9 kcal, B 106,5 g T 96,4 g W 304,8 g NKT 24,5 g Bt 15,9 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 4:10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1szt, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemięczana 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 4:10g, schab wp 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2179,5 kcal, B 114,2 g T 68,7 g W 274,6 g NKT 23,6 g Bt 27,6 g sól 4,6 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix 4:15g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt, liść salaty	chleb razowy 80g, mix 4:10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Rosół z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczaka gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur z kapusty pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 120g, mix 4:15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2760,4 kcal, B 107,5 g T 91,9 g W 95,9 g NKT 37,2 g Bt 42,8 g sól 6,7 g cukry 95,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

Bt – bionnik

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

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix 4:1, masło 82%, kawa, mieszanka mleczna, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser topiony, kefir
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa inka,
mieszanka mleczna, herbatniki, szynkowa, sopočka, schabowy wp, filet w sosie

Seler- zupa obiadowa; rosół, szynkowa, ogórek z sosie ziołowym, sopočka
Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, sopočka, deser sojowy
Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, sopočka
Jajło – jajło gotowane, biskopity, schabowy wp.