

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 14.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl: 15g, polejwica soppocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g w kapuscie 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g, twaróg ze szezypiotkiem i cebulą 70g, szynka polejwica 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2381,8 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 371,7 g NKT 28,8 g bl 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,54 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, ser biały z cyranonem i cukrem 70g, polejwica soppocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, scharb 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 tl: 10g, przysmak suwalski 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 bl 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 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 cyranonem 30g, polejwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, scharb duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82%, 10g, szynka polejwica 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 bl 15,7 g sól 2,8 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polejwica soppocka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 250g, scharb 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 tl: 15g, twaróg ze szezypiotkiem i cebulą 70g, szynka polejwica 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 bl 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl: 10g, polejwica soppocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyw bis-scharb got 50g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, scharb 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 tl: 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyw bez soli - filci cukrzywy 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 bl 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cyranonem i cukrem 70g, polejwica soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, scharb 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: 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 bl 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl: 10g, ser biały z cyranonem i cukrem 50g, scharb gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, scharb gotowany 60g, sur. z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafla ryżowe 4szt., mix tl: 10g, filci cukrzywy 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 bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g

<p>przy niedolekwiśtościcach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt mix tl 15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl, 10g, jablko got. 1szt., papryśka 50g</p>	<p>Barzcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g, w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>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</p>
<p>en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bł – błonnik sól – sól cukry - cukry</p>				
<p>Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1</p>				
<p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabielany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogowe szejpiorem i cebulą, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabielany, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p> <p>Seler- barszcz zabielany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska szynka polędwicowa Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kielb. suwalska, szynka polędwicowa Jajka- jajko gotowane</p>				

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 15.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość kaloryczna posiłka
ogólna	Riz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, 1.5g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, grzyska 1 szt., miodła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100 g	en 2415,8 kcal. B 106,6 g T 78,7 g W 348,9 g NKT 35,3 g bl 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Riz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miodła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2389,6 kcal. B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bl 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Riz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., szałb. gotowan. 30g, grzyska 1 szt., miodła 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, szynצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurawiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal. B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bl 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
dzieci starsze	Riz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, grzyska 1 szt., miodła 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szynצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty 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 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 30g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2596,5 kcal. B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bl 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 wpy. 50g, ogórek kiszony 50g, miodła 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem bez smielans 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2451,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 5,51 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Riz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, bułka gotowana jajo 1 szt., banan 1 szt., miodła 5g		Pomidorowa z makaronem bez smielans 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal. B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bl 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
bezglutenowa	Riz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, szałb. gotowan. 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., miodła 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczacy 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, szałb. gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal. B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bl 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 16.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix d. 15g, serykowa 50g, ser twardy 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogorkowa 300ml, kasza pszczak 160g, smazony kofeł mielony wpr 50g, ser z białej kapusty z mrożonkami 1 porcja w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix d. 15g, pasta towarowa-płynna ze srodynkami 70g, ketchup karkuska patrzona 50g, banan 1 szt., mix salatek z oliwy virgin 5g	en 2418,1 kcal, B 90,1 g T 83,3 g W 371,1 g NK1 31,2 g B1 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix d. 10g, serykowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie wlasnym 60g, ser z bialej kapusty z warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix d. 10g, konserwa sarduska 50g, twarozek z ziolami 70g, arnoz 100g, mix salatek z oliwy virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NK1 28,4 g B1 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbozowa 200ml, maslo 82% 10g, bułka pszenna 1szt., serykowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Hertamina 25g, mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany pulpek indyzy 60g w sosie wlasnym, banan 1 szt, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Hertina z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., maslo 82 %10g, serykowa z piersi kurczaka 50g, ketchup karkuska patrzona 50g, arnoz 100g, mix salatek z oliwy virgin 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,5 g W 188,2 g NK1 14,1 g B1 13,9 g sól 3,9 g cukry 82,8 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, maslo 82% 15g, serykowa 50g, ser Hochland 2 pl., dzemi 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Hertamina 25g, mus owocowy 1 szt.	Zupa ogorkowa 300ml, kasza pszczak 200g, smazony kofeł mielony wpr 50g, ser z bialej kapusty z mrożonkami 1 porcja w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbozowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, maslo 82% dl 10g, serykowa z piersi kurczaka 50g, ketchup karkuska patrzona 50g, arnoz 100g, mix salatek z oliwy virgin 5g	en 2669,5 kcal, B 96,4 g T 86,3 g W 359,1 g NK1 31,2 g B1 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
culrzykowa	kawa zbozowa, bez cukru 200ml, chleb mrazowy 100g, mix d. 10g, serykowa 50g, ser biały 70g, cukrzykowa bialoi-pasta z karczasa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, lisc salaty	Kalifor gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie wlasnym 60g, ser z bialej kapusty z mrożonkami 1 porcja w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz. b/c 200ml, chleb mrazowy 100g, mix d. 10g, konserwa sarduska 50g, twarozek z ziolami 70g, cukrzykowa bialoi- jajo gotowane 1 szt, ogorek 70g, mix salatek z oliwy virgin 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NK1 28,4 g B1 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
witrodobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, serykowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie wlasnym 60g, ser z bialej kapusty z warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., konserwa sarduska 50g, twarozek z ziolami 70g, arnoz 100g, mix salatek z oliwy virgin 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NK1 28,4 g B1 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix d. 10g, ser biały poltasty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mus owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek indyzy bez sosu 60g, banan 1 szt, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Hertina 200ml, mix d. 10g, jajo got 1 szt., twarozek ziolowy 50g, walec ryzowy 48st, arnoz 100g, mix salatek z oliwy virgin 5g	en 2266,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NK1 25,5 g B1 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

<p>przy nieobokwistościach</p>	<p>Makaron na mleku 230ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, kiebasa krakowska 50g, ogórek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyjski w sosie: wlasny 60g, bananasi 150g, mix warzyw na puree 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, twarożek z zrodami 70g, arbur 100g, mix sialit z oliwą virgin 5g</p>	<p>en 2419,6 kcal, B 96,2 g T 78,1 g W 283,3 g NKT 29,3 g M 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasyczone kwasy tłuszczowe M - błonnik sól - sól cukry - cukry</p> <p>Wykaz składników alergennych: w jadospisie w dn. środa 1 Mleko [raznie z laktolą] – makaron na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek ziodowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland Zboda zawierajace gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wp, pulpet indyjski, kawa zbozowa, kawa zbozowa z mliekiem, szynkowa, kiebasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pęczak Seler- zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiebasa krakowska, konserwa suwalska Soja i produkty pochodne – warle ryżowe, szynkowa, kiebasa krakowska, konserwa suwalska Gorczyca - szynkowa, kiebasa krakowska, konserwa suwalska Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane Ryby- pasta twarogowo-rybna</p>					

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 17.10.2024

Dieta	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kiełbasa parowa 100g, camembert 30g, arbuz 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jajo gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9kcal, B 98,9 g T 116,6 g W 370,9 g NKt 37,8 g Bt 22,3 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, arbuz 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKt 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, serek wiejski 1 szt, arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 33,1 g W 199,9 g NKt 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, polędwica sopočka 50g, serek wiejski 1 szt, arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchnką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl.15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKt 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt, cukrzykowa b/sól - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakerska 20G	Zupa koperkowa bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie broklowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/sól - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKt 27,3 g Bt 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty		Chłopska bez smietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 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 Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g

						en 2499,2 kcal B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bi 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl, arbuz 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szk., mix tl.10g, jajko gotowane, kefir 1 szl, pomidor 70g, liść salaty	
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szl, mix tl.15g, blok mielony 50g, serek więjski 1 szl, arbuz 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl.10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchna 250g, gusza 1 szl, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl, mix tl.15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2868,2 kcal B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bi 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

bi – białnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jadalniście Czwartek 1

Mleko (jęczmie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek więjski, camembert, polędwica drobiowa

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa, polędwica sopočka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokietowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

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

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

Jajko – jajko gotowane

Soja- przysmak suwalski, kiełbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 18.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapuśki z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 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 tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal, B 86,3 g T 93,5 g W 37,3 g NKT 34 g bI 32,7 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg żółty 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 35,2 g NKT 27,5 g bI 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkąt Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g bI 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapuśki z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, bułka pszenna 1 szt., 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
cukrzywcowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., 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 kapuśki z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz. bez soli -	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg żółty 70g, sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty (cukrzywcowa b/ soli karczany gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g bI 29,8 g sól 4,9 g cukry 82,4 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., bułka 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 1 szt., chleb zw. 60g, twaróg żółty 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g bI 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schan gotowany 50g, liść salaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 2210, 4 kcal, B 116,2 g T 95,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g Bt 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 13g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., papryka 50g</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twarząk żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść salaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g Bt 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>
<p>en – wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bt – błonnik sól – sól cukry - cukry</p>						
<p>Wskaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. piątek 1 Mleko (część z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawionowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarząk żółtawy, ser żółty Zboża zawierające gluten – szczawionowa, kalifiorowa, pieczywo, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa Seler – zupa kalafiorowa, szczawionowa, szynkowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy Jajo – jajo got., biszkopty, pasta jajeczna, dorsz w jajku Ryby – dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tuńczykiem</p>						

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 19.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, serbiańska 50g, ser Hochland 2 pl. jablko 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 60ml 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż./z miodkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jablko 1 szt., krakowska 50 g, camembert 30g, sur. z marchewki 70g, arbuz 100g	en 2177,3 kcal, B 92,2 g T 84,7 g W 290,6 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, serbiański 1sz, pasztecik 50g, jablko 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 miodkiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 30g, biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 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
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, polędwiczka drobiowa 30g, pasztecik 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 10g, mielon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa 60ml 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 31,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, ser Hochland 2 pl., polędwiczka drobiowa 50g, pasztecik 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, mielon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa 60ml 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż./z miodkiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, serbiański 1 szt., pasztecik 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/c, jable got., 1 szt., scharb gotowany 50g)	sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa 60ml 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż./z miodkiem 2%, chleb zw. 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść salady	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g
wątrobową	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serbiański mielony 1szl, pasztecik 50g, jablko 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 miodkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jable got. 1 szt., scharb gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 10g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, gałka muszna inżyniera 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, arbuz 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g

przy nieodkwasnościach	Placki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb żyty 90g, mix ci 15g, bułka pszenna 1szt., sernikowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix ci 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane iude z karczaską 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchwianka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb żyr 90g, bułka pszenna 1szt., mix ci 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bi 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g
<p style="text-align: center;">Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. sobota 1</p> <p style="text-align: center;">Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – placki owsiane na mleku, mix ci, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek Hochland, camembert, pasztecik Zboża zawierające gluten- placki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdelek, Krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwajska Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, Krakowska, pasztecik wp. Gorczyca – serdelek, Krakowska, szynkowa, pasztecik wp. Jajko i prod. pochodne – jajko</p>						

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 20.10.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiżozowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl 15g, twarozek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, dzem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy kiszonej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bt 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiżozowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl 10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%/) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbiżozowa 200ml, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 30g, polędwica sopočka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., ponarancza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%/)10g, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbiżozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, polędwica sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., ponarancza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cultrycowa	Kawa zbiżozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, ogórek kiszony 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90g, 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 27,1 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiżozowa 200ml, chleb zw.90g, t twarozek ze śmietaną, cukrem i cyrnanonem 70g, sopočka 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 młkiem 2% 200ml, chleb zw.90g, kiełbasa szynkowa drobiowa 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

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, twarozek ze smietana, cukrem i cytrynowym 70g, schab gotowany 50g, jablko 1szt., lise salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniki 200g, filet gotowany 60 g , kalfior gotowany 120g, ogorek w sosie ziolowym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wale ryzowe 4szt., mix tl.10g, schab wp.50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g bl 30,2 g sol 4,3 g cukry 72 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl.15g, twarozek ze smietana, cukrem i cytrynowym 70g, soppocka 50g, jablko 1szt., lise salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl.10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekínskiej 150g, kalfior z pary 150g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.120g mix tl.15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g bl 30,9 g sol 5 g cukry 75,3 g</p>	
<p>Uznanienia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bl – błonnik sol – sól cukry - cukry</p> <p>Wykaz składników alergennych: w jądłospisie w dn. Niedziela 1.: Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem , twarozek z paupką i ziolami, twarozek ze smietana i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biskopki Selier-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka Soja i produkty pochodne – wale ryzowe, szynkowa, soppocka Gorczyca- szynkowa, soppocka Jajo—jajo gotowane, biskopki, schabowy wp.</p>						