

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 24.06.2024

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, ciętek razowy 30g, bułka pszenna 1szl, mix tl: 15g, polećwica sopočka 50 g, ser zółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g w kapuscie 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl: 15g, twarogek ze szczyptą sółem i cebulą 70g, szynka polećwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2582,88 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKt 28,8 g bł 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl: 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polećwica sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty		Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl: 10g, przysmak suwałski 50g, serek wiejski 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKt 27,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polećwica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty		Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, przysmak suwałski 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,7 kcal, B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKt 27,1 g bł 28,4 g sól 4,5 g cukry 95,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82%, 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cyrnanonem 30g, polećwica sopočka 30g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieliary 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polećwiczna 70g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKt 17,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 30g, mix tl: 10g, ser biały z cyrnanonem i cukrem 70g, polećwica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl: 10g, przysmak suwałski mielony 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKt 27,3 g bł 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl: 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, filet kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal, B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKt 22,7 g bł 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szl., masło 82%, 15g, polećwica sopočka 50 g, ser zółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieliary 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl: 15g, twarogek ze szczyptą sółem i cebulą 70g, szynka polećwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKt 28,5 g bł 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

ciukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, ciukrzyce b/ś-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ piyma	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajko gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., ciukrzyce bez soli - filet kurczaczy gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2379,5 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
wątrbowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 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
dzieci beemleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., filet kurczaczy gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1150,9 Kcal, B 80 g T 50,2 g W 184,5 g NKT 16,4 g bl 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl.10g, filet kurczaczy 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
przy niedożywistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt, mix tl.15g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, jajko got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 Kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bl 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

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

Wykaz składników alegramnych: w. Jadalność w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogęske szczypiorom i cebulą, serek wiejski, kefir, ser biały z cukrem i cytrynowym, ser żółty
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa
Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa, deser sojowy
Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa
Jaja- jajko gotowane, kotlety sojowe
Sesam- hummus
Orzechy – masło orzechowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 25.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, ogórek kiszony 50g, pasztecik wpy. 50g, gruszka 1 szt., trzcina 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z chleb z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 13g, pasta 1warogowo-chirznowa 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	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., trzcina 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z chleb z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, konserva 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bl 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplkowata	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., trzcina 5g		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		Kawa z chleb z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix sałat	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 do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., serek gotowany 50g, gruszka 1 szt., trzcina 5g	Chrupki kukurydziane 10g, banana 1 szt.	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 jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
wrzodowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., trzcina 5g	Chrupki kukurydziane 10g	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 z chleb z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2099,6 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bl 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
niskosodowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, pasztecik wpy. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., trzcina 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, serynek z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszonej kapury z zurażoną 150g, kalafior na parze z pekińskiej słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa z chleb z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, 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
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, ogórek kiszony 50g, trzcina 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, serynek z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszonej kapury z zurażoną 150g, kalafior na parze z pekińskiej słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa z chleb bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g
cukrzycowa	Kawa zrzozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wpy. 50g, ogórek kiszony 50g, trzcina 5g	chleb razowy 30g, przysmak sławski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa z chleb bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 26.06.2024

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 pszenna 1szt, mix 15g, serbiłowa 50g, ser Hochland 2, ml, dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzak 160g, smazony kawał mięsny wpy 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 2g, pasta owocowa 70g, sernik 1 szt., mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2418,1 kcal, B 90,1 g T 83,3 g W 371,1 g NKt 31,2 g Bt 22,4 g sól 6,3 g cukry 105,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix 1l 10g, serbiłowa 50g, ser biłki 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, konserwa sardynki 50g, twarożek z oliwą virgin 3g	en 2319,5 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
parlowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix 1l 10g, serbiłowa mielona 50g, ser biłki 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix 1l, 10g, konserwa sardynki 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2319,5 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,2 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82%, 10g, bułka pszenna 1szt, serbiłowa 50g, ser Hochland 2, pl, dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 12g, mis owocowy 1 szt	Krupnik 200ml, kasza perzak 100g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 %10g, serbiłowa 50g, pasta karcińska 30g, Kiełbasa karkonka parzona 50g, arbuz 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 1240,9 kcal, B 63,3 g T 47,5 g W 189,7 g NKt 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,8 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix 1l 10g, serbiłowa mielona 50g, ser biłki 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Mis owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, jajo got. 1 szt., twarożek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2419,7 kcal, B 94,9 g T 77,2 g W 294,6 g NKt 28,4 g Bt 30,3 g sól 5,7 g cukry 99,1 g
niekwasotowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l 10g, ser biłki polny 70g, pasta z kurczaka gotowanego 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli.		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 1l, 10g, jajo got. 1 szt., twarożek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2165,2 kcal, B 94,1 g T 61,7 g W 278,1 g NKt 25,4 g Bt 28,3 g sól 4,6 g cukry 90,1 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, serbiłowa 50g, ser Hochland 2, ml, dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mis owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza perzak 200g, smazony kawał mięsny wpy 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 1l, 15g, serbiłowa 50g, pasta karcińska 30g, Kiełbasa karkonka parzona 50g, arbuz 100g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2869,5 kcal, B 98,4 g T 86,3 g W 359,1 g NKt 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 1l 10g, serbiłowa 50g, ser biłki 70g, (cukrzykowa kawa) pasta z kurczaka got. 30g, ser biłki 70g, pomidor 70g, tise sialny	kalorifer gotowany 100g	Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z marchewką i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidrowy 150 ml	Kawa zboz, bcz 200ml, chleb razowy 100g, mix 1l, 10g, konserwa sardynki 50g, twarożek z ziołami 70g, cukirowa biłki- jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix siałt z oliwą virgin 3g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bt 28,8 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
witrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, serbiłowa 50g, ser biłki 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza perzak 160g, gotowany pulpek indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., konserwa sardynki 50g, twarożek z ziołami 70g, arbuz 100g, mix siałt 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g

dzieci i hemolecza	Makaron na mleku rozdrobnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło orzechowe 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Miś owoceowy 1 szt. + dżurki kaktusowe 16g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owoceowy 200 ml	Sok owoceowy 130 ml	Kawa zboz 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, jajo got 1 szt., deser sojowy 1 szt., arbuz 100g, mix sals z oliwy virgin 5g	en 1159,5 kcal, B 90,1 g T 14,9 g W 179 g NK 172,4 g Bf 14 g sól 3,8 g cukry 52,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, ser biały polski 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Miś owoceowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy 60g, buraczki 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owoceowy 200ml	Sok owoceowy 130 ml	Herbata 200ml, mix tl 10g, jajo got 1 szt, masłok ziolowy 50g, wafle ryzowe 4szt, arbuz 100g, mix sals z oliwy virgin 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 6,7 g W 234,4 g NK 25,5 g Bf 3,0 g sól 4,1 g cukry 94,1 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z ciastem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 13g, saszka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl 10g, kebabu karkowska 50g, ogorek kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 130g, mix warzyw na parze 150g, kompot owoceowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, konserwa suwalska 50g, warzok z ziolami 70g, arbuz 100g, mix sals z oliwy virgin 5g	en 2419,6 kcal, B 98,2 g T 78,1 g W 283,3 g NK 29,3 g Bf 29,5 g sól 5,8 g cukry 93,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NK - nasycone kwasy tłuszczowe

Bf - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wskaz składowe alergeny: w jądroszpie w dn. gruda 1

Mleko (gęźle i laktoza) – makaron na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarogek ziolowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland
 Zboża zawierające gluten – zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony WP, pulpet indyzy, kawa zbozowa, kawa zbozowa z makiem, szynkowa, konserwa suwalska, kasza pęczak
 Sól – zupy obiadowe, krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa Krakowska, konserwa suwalska
 Soja i produkty pochodne – wafle ryzowe, saszka, saszka, konserwa Krakowska, konserwa suwalska
 Gorczyca - , szynkowa, saszka, konserwa Krakowska, konserwa suwalska
 Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpet, jajo gotowane
 Ryby- pasta twarogowo-rybna
 Orzechy – masło orzechowe

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.06.2024

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, ketchup parówkowa 100g, sarnembert 30g, arbuz 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g, jabko gotowane 1 szt., polewka drożdżowa 50g, pasta buraczano-warogowa 70g, pomidor 70g	en 2781,4 kcal, B 92,8 g T 114,3 g W 374,3 g NKT 37,8 g bł 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-warogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, przysmak suwalski 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g bł 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-warogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl: 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 91,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polewka sopočka 30g, serek wiejski 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-warogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, sernik z pierśi kurczaka 30g, polewka drożdżowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,7 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g bł 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez śmietany, makaron z sosem truskawkowo-warogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g bł 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-warogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 10g, jabłko gotowane, kaffir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 200 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, polewka sopočka 30g, serek wiejski 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl: 15g, sernik z pierśi kurczaka 50g, polewka drożdżowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g bł 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

							en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bf 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., cukrzykowa b/soi - schab gotowany 50g, ogonek kiszony 70g, liść salaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszonej kapusy 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	soś pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. z mlekem 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., (cukrzykowa b/soi - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt.) pomidor 70g, liść salaty		en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bf 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuz 100g, liść salaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść salaty		en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g Bf 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt., arbuz 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml + jabłko 1 szt.	Chlopska bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surówka z kiszonej kapusy 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa z mlekem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got. 1 szt., pomidor 70g, liść salaty		en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,5 g W 356,3 g NKT 21,8 g Bf 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., arbuz 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszony kapusy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty		en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g Bf 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, blok mielony 50g, serek wijski 1 szt., arbuz 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szpinakowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzchnką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty		

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bf – błonnik

sól – sól

cukry – cukry

Wskaz składników alergicznych: w nadpisie Czwartek 1

Mleko (fajcznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl, masło 82% kawa z mlekem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, Jogurt naturalny, kefir, serek wijski, kamembert, polędwica drobiowa

Zboża zawierające gluten – kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica sopocka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, 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

Jajo – jajo gotowane

Soja – przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser sojowy
Sezam – hummus

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.06.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz 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, dorsz na parze w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat Hochland 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2541,1 kcal B 86,3 g T 93,5 g W 37,1 g NKT 34 g Bj 32,7 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg żółty 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g Bj 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
parlowata	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twaróg żółty 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 86,2 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bj 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
dzieci 10 lat 3	Ryz 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	Gabretka owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkat Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 119,3 g T 81,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g Bj 15,9 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wrzodowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez śmietany 700ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg żółty 70g, dzem 1 szt., sałatka z tuncezykiem 100g, liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g Bj 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 g
mikrosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twaróg żółty 70g, schab gotowany 50g, 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 Bj 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Gabretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat 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 Bj 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

								en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g bi 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix salat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalaforowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszonej kapuśy z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, twarząek żółty 70g, szałka z tuczykiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa w soli kurczak gotowany 50g)			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
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.50g, bułka pszenna 1szt., bialka z 2 jai, ser biały 70g, miód 1 szt, jablko gotowane 1 szt., mix salat 5 g		Kalaforowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, twarząek żółty 70g, dzem 1 szt., szałka z tuczykiem 100g, liść sałaty			en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g bi 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g
bezmleczna/ dzieci bim	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g	Sok owocowy 150ml + gruska 1 szt.	Kalaforowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafor na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, szałka gotowany 50g, liść sałaty, dzem 1 szt.			en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g bi 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalaforowa 300ml, ziemniaki 300g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflę ryżowe 2szt	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, szałka gotowany 50g, liść sałaty, dzem 1 szt.			en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g bi 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g
przy niedoaktywistściach	Ryz na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl.15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g	chleb razowy 90g, mix tl.10g, jajo got. 1szt., papryka 50g	Kalaforowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafor na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl.15g, twarząek żółty 70g, dzem 1 szt., szałka z tuczykiem 100g, liść sałaty			

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
 - B - białko ogółem
 - T - tłuszcz
 - W - węglowodany ogółem
 - NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
 - bi - błonnik
 - sól - sól
 - cukry - cukry
- Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. piątek 1**
- Mleko (raznie z laktazą) – ryż na mleku, zupa obiadowa; kalaforowa; kalaforowa; szczawionka, mix tl. masło 82%, kawa z mlekkiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarząek żółty, ser żółty
Zboża zawierające gluten- szczawionka, kalaforowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskupki, kawa zbożowa z mlekkiem, szynkowa
Saler- zupa kalaforowa, szczawionka, szynkowa
Jajo i produkty pochodne – waflę ryżowe, deser sojowy
Jajo—jajo got. biskupki, pasta jajeczna, dorsz w jajku
Ryby-dorsz w jajku, dorsz na parze, szałka z tuczykiem
Orzechy – masło orzechowe Sezam- hummus

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 29.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, serowa 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 z oliwą 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska 50g, ser ciemnobiał 50g, sur. z marchewki 70g, arbuz 100g	en 2132,7 kcal, B 88,5 g T 80,9 g W 293,3 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, seradek 1szt., paszeta 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 mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g mus owocowy 1 szt.	en 2228,6kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
paplowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, seradek mielony 1szt., paszeta 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, mielona		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakowska miodna 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g masła (82%) 10g, polećwica drożdżowa 30g, paszeta 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, miodn 100g	Rosół z makaronem 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 cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	en 2270,1kcal, B 90 g T 76 g W 320,3 g NKT 26,1 g bł 27 g sól 5,2 g cukry 89,1 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, seradek mielony 1szt., paszeta 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,5 g
niskosolowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, rąjo got. 1 szt., sreb gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 2450,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,3 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 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., polećwica drożdżowa 50g, paszeta 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, miodn 100g	Rosół z makaronem 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 mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	

							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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdielek 1 szt., pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g)	sekk wiolowarzynowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa 200g, 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż./bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liść sałaty	en 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	
wątrobowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1 szt., serdielek mielony 1szt., pasztec 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 mlekiem 2% 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1 szt., krakowska 50 g, marchew z białk 70g, mas owocowy 1 szt.	en 1089,6 kcal, B 66,4 g T 48,1 g W 192,7 g NKT 11,5 g bł 12,1 g sól 3,2 g cukry 82,5 g	
dzieci beemleczna	Platki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., dzem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g + miodem 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż./z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 23,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g	
bergliutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bergliutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4 szt., mix tl 10g, liść kurczaka gotowany 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 bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g	
przy niedocukrzosciach	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix tl 13g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g		

Wykaz składników alergicznych w jadłospisach w dn. Sobota 1

Mleko (fajcznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, Kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek Hochland, camembert, pasztec
 Zboża zawierające gluten – płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztec, kawa zbożowa z mlekiem, wędliny, serdielek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna
 Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, szynkowa, serdielek, krakowska, pasztec, pasta warzywna
 Gorczyca – serdielek, krakowska, szynkowa, pasztec w/p, deser sojowy
 Jajo i prod. pochodne – jajo

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

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 30.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek kiszony 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszonej 150 g, kalfalior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 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 Bj 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalfalior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 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 Bj 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
papkowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalfalior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g Bj 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 30g, polędwica soppocka 30g, jabłko 1 szt, liść sałaty	wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalfalior 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 Bj 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1 szt, kalfalior gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty 20g	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g Bj 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
niksosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bj 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g

	<p>dzieci starsze</p> <p>Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, poledwica sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść salaty</p>	<p>wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuszy pekinijskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>	<p>Biszkopty 30g, sok owocowy 100% 1 szt.</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>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</p>
<p>cukrzycowa</p>	<p>Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść salaty, ogórek kiszony 70g</p>	<p>chleb razowy 30g, szynkowa 30g</p>	<p>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</p>	<p>sok pomidorowy 150 ml</p>	<p>Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.</p>	<p>en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g</p>
<p>wątrobowa</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, 1 twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty</p>		<p>Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekinijskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml</p>	<p>Chrupki kukurydziane 16g</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, hummus 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.</p>	<p>en 1003,9 kcal, B 65,4 g T 48,9 g W 203,3 g NKT 13,1 g Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 90,7 g</p>
<p>dzieci bezmleczna</p>	<p>Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jabłko 1 szt., liść salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g</p>				
<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść salaty</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie zielonym 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 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 Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł. 5g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść salaty</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g</p>	<p>Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekinijskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bt 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g</p>

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w ładospisie w dn. Niedziela 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

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

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

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

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

Gorczyca- szynkowa, sopocka

Jajło – jajło gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sezam- hummus

Orzechy – masło orzechowe