

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 22.01.2024 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. 30g, bułka pszenna 30g, bułka pszenna 1szl, mix tl. 15g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wędzona 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem i cebulą 70g, szynka polewiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 5,6 g cukry 98,8 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polewica sopočka 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2277,6 kcal, B 104,4 g T 74,5 g W 307,1 g NKT 27,15 g bł 28,7 g sól 5,3 g cukry 101 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2279,9 kcal, B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g bł 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82%tl. 0g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cynamonem 50g, polewica sopočka 30g, jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polewiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal, B 61,3 g T 20,8 g W 183,5 g NKT 13,2 g bł 15,7 g sól 2,8 g cukry 88,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polewica sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szl., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2490,5 kcal, B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 22,3 g bł 25,8 g sól 4,3 g cukry 119,5 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szl., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2141,7 kcal, B 104,2 g T 51,2 g W 95,6 g NKT 20,7 g bł 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szl, masło 82% 13g, polewica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szl., jabłko 1 szl., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szl.	Barszcz zabieleny 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 zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl. 15g, twaróg ze szczyporkiem i cebulą 70g, szynka polewiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 5,6 g cukry 98,8 g
cukrzycowa	Kawa zboż. bz cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce b/s-schab got 50g	Sok pomidorowy 150ml+ pyłna	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szl.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szl., cukrzyce bez soli - filet kurczaka gotowany 50g, pomidor 70g, rzeccha 5g	en 2679,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 370,2 g NKT 36,1 g bł 40 g sól 5,3 g cukry 98,8 g

wątrobowowa	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salny		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 makiem 2% 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, naciola 5g	en 2286,5 kcal, B 90,2 g T 74,4 g W 32,1 g NKT 20 g bi 26,3 g sól 3,1 g cukry 90,5 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, deser sojowy 1 szt., 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, szynka polędwicowa 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1189,9 kcal, B 106,9 g T 96,7 g W 305,8 g NKT 25,4 g bi 16,2 g sól 3,1 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mniszka 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 100g, schab gotowany 60g, surz z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mniszka 10g, filet kurczaka gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2181,5 kcal, B 114,8 g T 68,6 g W 273,3 g NKT 24 g bi 27,1 g sól 4,7 g cukry 107,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt, mniszka 10g, ser biały z cytrynonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mniszka 10g, jajo got. 1szt., papryśka 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 makiem 2% 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt, mniszka 10g, przysmak suwański 50g, serrek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2759,1 kcal, B 107,6 g T 91,9 g W 95,7 g NKT 38,7 g bi 44,7 g sól 7,12 g cukry 95,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

bi – białko

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mniszka, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, twarożek ziołowy, serrek wiejski, kefir, miesz. mleczna,

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z makiem, kielbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwański, miesz. mleczna,

kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym

Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa, deser sojowy

Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwański, kielb. suwańska, szynka polędwicowa

Jajka- jajo gotowane, kotlety sojowe

WTOREK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 23.01.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszkę 1 szt., rucola 5g		Pomidory z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 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, mandarynka 100 g	en 2574,2 kcal, B 110,2 g T 97,2 g W 308,9 g NKT 30,2 g Bt 30,2 g sól 5,7 g cukry 99,5 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, japo. 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidory z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2489,6 kcal, B 108,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 28,2 g Bt 29,2 g sól 5,3 g cukry 102,3 g
paplkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, japo. mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidory z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2279,9 kcal, B 99,7 g T 66,4 g W 328,6 g NKT 21,6 g Bt 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,1 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, japo 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, gruszkę 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydżane 16g, banana 1 szt.	Pomidory z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 1230,9 kcal, B 61,8 g T 21,6 g W 190,1 g NKT 12,8 g Bt 14,7 g sól 3,1 g cukry 89,1 g
wrządowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, japo. mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydżane 16g	Pomidory z makaronem bez smiatany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2391,5 kcal, B 109,9 g T 68 g W 368 g NKT 20,1 g Bt 23,4 g sól 4,9 g cukry 122,5 g
niskosodowa	Ryż na mleku 2%250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, japo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidory z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2141,7 kcal, B 104,2 g T 51,2 g W 95,6 g NKT 20,7 g Bt 29,9 g sól 3,3 g cukry 95,6 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, japo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszkę 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydżane 30g, banana 1 szt.	Pomidory z makaronem 300ml, sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 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 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	en 2748,5 kcal, B 110,9 g T 99,9 g W 302,1 g NKT 29,9 g Bt 30,9 g sól 6,8 g cukry 120,1 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, japo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek kiszony 50g, rucola 5g	Chrupki kukurydżane 30g	Pomidory z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczący 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z żurawiną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2700,8 kcal, B 120,6 g T 90,5 g W 281,2 g NKT 1 g Bt 40 g sól 5,3 g cukry 98,8 g

Wątrbowowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzowowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, kielbasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., ricola 5g		Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zroz zmielkiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2235,1 kcal, B 91,2 g T 73,7 g W 338 g NKT 23 g bł 24,3 g sól 3,5 g cukry 94,5 g
dzied bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zrzowowa 200ml, bułka pszenna 1szt., kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., ricola 5g	Wale ryzowe 2zst.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, ser z kpin polski 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zroz 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 106,9 g T 96,7 g W 305,8 g NKT 25,4 g bł 16,2 g sól 3,1 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, serba gotowany 70g, jajko got., 1 szt., banana 1 szt., ricola 5g	Wale ryzowe 2zst.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczacy 60g, kaliafor gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wale ryzowe 4zst, mix tl 10g, ser biały 70g, serba gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2181,5 kcal, B 114,4 g T 68,6 g W 273,3 g NKT 24 g bł 27,1 g sól 4,7 g cukry 107,5 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzowowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix, tl 13g, kiebasa szynkowa 50g, pasztet wp, 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., ricola 5g	chleb razowy 60g, mix tl 10g, bułek mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, ser z kpin polski 120g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zroz zmielkiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix, tl 13g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2129,1 kcal, B 107,6 g T 91,9 g W 95,7 g NKT 38,7 g bł 44,7 g sól 7,12 g cukry 95,7 g

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. wtorek 1:
mleko i/lactozę – ryz, na mleku, zupa pomidorowa mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, twarogzek ze smietana i cukrem, pasta twarogowo-chronowa, ser biały, mlesz, mleczna zrcza zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zrczowa z mlekiem, kielbasa szynkowa, pasztet wp, szynka konserwowa, mieszanaka seler- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztet wp, szynka konserwowa, deser sojowy
Gorczyca- kielbasa szynkowa, pasztet wp, szynka konserwowa, jajka- jajko, szynkei wp, kluski śląskie

ŚRODA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 24.01.2024					
Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 15g, serykowa 50g, ser Hirschland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszenna 160g, smażony kociet mielony wyp 90g, sur z białej kapusty z marchewki i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 15g, pasta twarogowa-cytna ze szczyptąsólenn 70g, kiełbasa krakowska parzona 50g, banan 1 szt., mix sałat z oliwą virgin 5g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix ti 10g, serykowa 50g, ser biał 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek 50g, warozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g
paplowata	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix ti 10g, serykowa mielona 50g, ser biał 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt, serykowa 50g, ser Hirschland 2 pl, dżem 1 szt, jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza pszenk 100g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82 % 10g, seryka z pierś kurczaka 50g, kiełbasa krakowska parzona 50g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g
wzrostowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, mix ti 10g, serykowa mielona 50g, ser biał 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, jajo got 1 szt., twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g
niskosolowa	Makaron na mleku2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, serykowa 50g, ser Hirschland 2 pl., pasta z kurczaka gotowanego 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix ti 10g, jajo got 1 szt., twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mnis pszenna 1szt, masło 82% 15g, serykowa 50g, ser Hirschland 2 pl., dżem 1 szt., jabłko 1 szt, pomidor 70g	Herbata 25g, mnis owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pszenk 200g, smażony kociet mielony wyp 90g, sur z białej kapusty z marchewki i porzem w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na parze 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% ti 15g, serybka z pierś kurczaka 70g, kiełbasa krakowska parzona 70g, melon 100g, mix sałat z oliwą virgin 5g
chłirczycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix ti 10g, serykowa 50g, ser biał 70g, (chłirczycowa białej-pasta z kurczaka got 50g, ser biał 70g) pomidor 70g, jiste sałaty	Mnis ryżowe 2szt	Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z marchewki i porzem w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż, b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix ti 10g, konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, cukierycowa białej- jajo gotowane 1szt, ogurek 70g, mix sałat z oliwą virgin 5g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, serykowa 50g, ser biał 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pszenk 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., konserwa sowańska 50g, twarozek z ziołami 70g, melon 100g, mix sałat 5g
					en 2234,2 Kcal, B 92,3 g T 73,9 g W 328 g NKT 23,5 g Bj 22,9 g sól 3,9 g cukry 93,6 g

dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 210 ml, kawa zbozowa 200ml, bułki pszenne 1 szt., serbiała 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mleś owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 100g, gotowany pulpek młody w sosie własnym 60g, buraczki 60g, mix warzyw na parze 600g, kompot owocowy 200 ml	Sól owocowy 150 ml	Kawa zboz 200ml, bułki pszenne 1 szt., cielił zw 60g, soki z pieli kurczaka 50g, deser jogowy 1 szt., miodn 100g, mix saki z oliwki virgin 3g	en 1259,5 kcal, B 108,4 g T 99,6 g W 209,9 g NKT 22,4 g Bt 14,2 g sól 3,9 g cukry 89,5 g
bezglutenowa	Roz na mleku 250ml, herbata 200ml, cielił bezglutenowy 90g, mix t 10g, ser biały podbiłasty 50g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	Mleś owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze smietana 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpek młody bez sosu 60g, buraczki 120g, mix warzyw na parze 20g, kompot owocowy 200ml	Sól owocowy 150 ml	Herbata 200ml, mix t 10g, jajo got 1 szt, twarożek żółtawy 50g, warli ryżowe 45g, miodn 100g, mix saki z oliwki virgin 3g	en 2039,8 kcal, B 113,4 g T 68,3 g W 273,9 g NKT 20,1 g Bt 25,3 g sól 3,9 g cukry 105,9 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa 200ml, cielił zw 90g, bułki pszenne 1 szt, mix t 15g, ryżowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.	cielił razowy 80g, mix t 10g, kielbasa krakowska 30g, ogórka kiszony 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany pulpek młody w sosie własnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa z makiem 2% i cukru 200ml, cielił zw 90g, bułki pszenne 1 szt., mix t 1,5g, konserwa suwańska 50g, twarożek z żółtami 70g, miodn 100g, mix saki z oliwki virgin 3g	en 2598,1 kcal, B 103,2 g T 60,4 g W 98,7 g NKT 30,2 g Bt 39,7 g sól 6,9 g cukry 95,8 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe
- Bt - błonnik

Wykaz składników alergennych: w jednospisie w dn. środa 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, mix t, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarożek żółtawy, mieszanka płynna, herbatniki, mies, mleczna, ser Hochland
 Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkiowa, kotlet mielony wp, pulpek indyzy, kawa zbozowa, kawa inka z makiem, szychowa kielbasa krakowska, konserwa suwańska, mieszanka płynna, kasza pęczak
 Seier- zupy obiadowe; krupnik, ogórkiowa, szychowa, kielbasa krakowska, konserwa suwańska, deser jogowy
 Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, szychowa, kielbasa krakowska, konserwa suwańska
 Gorczyca - , szychowa, kielbasa krakowska, konserwa suwańska
 Jaja – herbatniki, kotlet mielony, pulpek, jajo gotowane
 Ryby- pasta twarogowo-rybna

CZWARTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 25.01.2024

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 1szl., mix tl 15g, kiebasa parowa 100g, camembert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szl., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-warzowna 70g, pomidor 70g	en 2578,5 kcal, B 113,5 g T 99 g W 310,5 g NKT 28,2 g bł 27,8 g sól 5,8 g cukry 102,1 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2311,6 kcal, B 107,1 g T 79 g W 299,9 g NKT 25,3 g bł 27,1 g sól 4,9 g cukry 105,9 g
paplowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko gotowane 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2108,4 kcal, B 99,9 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g bł 27,9 g sól 4 g cukry 96 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopocka 30g, serek wiejski 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szl.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szl.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szl., masło (82%) 10g, szyntka z pierś kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 25,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g bł 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
wrządowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, blok mielony 50g, Jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1225,4 kcal, B 107,8 g T 68,1 g W 368,2 g NKT 20,1 g bł 20,4 g sól 4,9 g cukry 125,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jabłko 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2069,7 kcal, B 103 g T 51,4 g W 96,9 g NKT 19,2 g bł 24,1 g sól 3,5 g cukry 97,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., masło (82%) 15g, polędwica sopocka 70g, serek wiejski 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szl.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szl., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szl.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, szyntka z pierś kurczaka 70g, polędwica drobiowa 70g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2498,5 kcal, B 110,2 g T 99,8 g W 300,1 g NKT 29,2 g bł 30,3 g sól 5,6 g cukry 123 g

en 2675,5 kcal,

cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl, cukrzycowa b/sol - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszanej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2 szl.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szl., (cukrzycowa b/sol - jajo gotowane 1 szl., kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	B 140,3 g T 98,8 g W 291,8 g NKT 21,3 g Bt 37,5 g sól 4,9 g cukry 99,9 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-warzywnym 160g, jabłko gotowane 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szl., przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bt 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szl., polędwica sopočka 50g, deser solowy 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszanej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szl., chleb zw. 60g, przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1365,5 kcal, B 109,9 g T 99,9 g W 310,5 g NKT 24,6 g Bt 14,5 g sól 3,4 g cukry 90,9 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszanej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szl., mix tl 10g, jajo gotowane, kefir 1 szl., pomidor 70g, liść sałaty	en 2069,8 kcal, B 110,4 g T 68,1 g W 274,2 g NKT 20 g Bt 24,3 g sól 3,9 g cukry 105,9 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szl., pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowym pierzcha 250g, gruska 1 szl., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szl., mix tl 15g, przysmak suwański 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2698,9 kcal, B 103,9 g T 92,4 g W 99,9 g NKT 37,2 g Bt 36,7 g sól 6,9 g cukry 98,8 g

Źródła:

- en - wartość energetyczna
- B – białko ogółem
- T – tłuszcz
- W – węglowodany ogółem
- NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe
- Bt – błonnik

Wykaz składników alergennych: w jadalnisie Czwartek 1

Mleko (łącznie z laktazą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z cukrem serem i śmietaną, mieszanka płynna, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo/makaron z serem, ciasto drożdżowe, kawa inka z mlekiem, mieszanka mleczna, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, polędwica drobiowa, polędwica sopočka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym

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

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

Jajo – jajo gotowane, pyzy ziemniaczane

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

PIĄTEK 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 26.01.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapuśy z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójką: Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 115,7 g T 100,9 g W 311,7 g NKT 30,2 g bł 29,8 g sól 6,5 g cukry 105,3 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalaforowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twarógzek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	B 108,1 g T 80,2 g W 300 g NKT 23,5 g bł 25,4 g sól 4,5 g cukry 102,1 g
papłkowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalaforowa 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarógzek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2110,5 kcal, B 100,9 g T 69,8 g W 323,6 g NKT 18,8 g bł 24,6 g sól 3,8 g cukry 99,6 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jajeczna 30g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galarełka owocowa 200g	Kalaforowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, sur. z marchewki 120g, kalafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, * gruska 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 70g, ser trójką: Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 1109,6 kcal, B 66,6 g T 27,1 g W 199,3 g NKT 12,1 g bł 12,1 g sól 3,1 g cukry 89,1 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	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	Biskopki 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twarógzek żółtawy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2135,2 kcal, B 108,2 g T 68,4 g W 368,1 g NKT 19,3 g bł 19,5 g sól 4,1 g cukry 126 g
niśkosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, twarógzek żółtawy 70g, schab gotowany 50g, dżem 1 szt., liść sałaty	en 2389,6 kcal, B 109 g T 79,9 g W 304 g NKT 23,6 g bł 25,2 g sól 4,4 g cukry 103,3 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galarełka owocowa 200g, gruska 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapuśy z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójką: Hochland 2 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2562,4 kcal, B 111,4 g T 99,9 g W 300,5 g NKT 25,4 g bł 25,3 g sól 4,5 g cukry 124 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Kalaforowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej 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 tł.10g, twarógzek żółtawy 70g, sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty (cukrzycowa b/ soli kurczak gotowany 50g)	en 2331,1 kcal, B 105,5 g T 98 g W 299,8 g NKT 19,9 g bł 28,8 g sól 3,9 g cukry 99,9 g

wątrobową	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., śmietana 1 szt., 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 makiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., śmietana z tłuszczem 100g, liść sałaty	en 2199,9 Kcal, B 93,4 g T 71,3 g W 365,2 g NKT 18,9 g Bt 18,6 g sól 3,1 g cukry 100 g
bezmleczna/ dzieci bm	Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., jajo gotowane 1 szt., hummus 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 1299,5 Kcal, B 109 g T 99,9 g W 310,9 g NKT 20,1 g Bt 13,5 g sól 3,3 g cukry 90,4 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatka 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, dżem 1 szt.	en 2055,8 Kcal, B 99,9 g T 68,9 g W 275,1 g NKT 20,2 g Bt 23,2 g sól 3,9 g cukry 104,9 g
przy niedobrociwościach	Ryż na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., papryka 50g	Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., śmietana z tłuszczem 100g, liść sałaty	B 102,9 g T 93,1 g W 101,2 g NKT 34,2 g Bt 33,2 g sól 5,1 g cukry 98,5 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nielenasycone kwasy tłuszczowe

Bt – błonnik

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. piątek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawowa, mix tł., masło 82%, kawa z makiem, ser biały, kopytka z masłem

Zboża zawierające gluten – szczawowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskopcy, kawa inka z makiem, mieszanka mleczna, szynkowa, kopytka z masłem,

Seler – zupa kalafiorowa, szczawowa, szynkowa

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy

Jajo – jajo got., biskopcy, pasta jajeczna, kopytka z masłem, dorsz w jajku

Ryby – dorsz w jajku, dorsz na parze

SOBOTA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 27.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Półwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa ciekłym 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, sernikowa 50g, ser Hochland 2 pl.jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i ciekłym 200ml, chleb raz 50g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko 1 szt., krakowska 50 g, ciemnobr 30g, ser z marchewki 70g, mandarynka 100g	en 2675,2 kcal, B 110,2 g T 99,2 g W 310,3 g NKT 33,2 g bł 29,1 g sól 5,8 g cukry 100,5 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekłym 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, serdeciki 1szt, pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	B 108,9 g T 79,9 g W 310,4 g NKT 30,2 g bł 26,2 g sól 5,9 g cukry 109,9 g
parlowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekłym 200ml, chleb raz 90g, mix tl 10g, serdeciki mielony, 1szt, pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Jak lekkostrawna, miodna		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb raz 90g, mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2190,8,6 kcal, B 107,9 g T 80,3 g W 311,5 g NKT 30,2 g bł 26,1 g sól 5,9 g cukry 109,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z ciekłym 200 ml, chleb razowy 30g masło (82%) 10g, serdeciki 1 szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, krakowska 30g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.,	en 1240,9 kcal, B 61,9 g T 21,9 g W 193,5 g NKT 13,3 g bł 15,5 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
wrzołdowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekłym 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, serdeciki mielony 1szt, pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 10g	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 raz 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2387,5 kcal, B 109,9 g T 68 g W 375 g NKT 20 g bł 23,5 g sól 4,9 g cukry 129,9 g
miksostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekłym 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, japo got 1 szt, sokiab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb raz 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, filc kurczecy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2225,3 kcal, B 108,1 g T 78,8 g W 309,7 g NKT 27,7 g bł 26,2 g sól 4,8 g cukry 110,6 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa ciekłym 200ml, chleb raz 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, sernikowa 70g, ser Hochland 2 pl.jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb raz 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt	en 2699,9 kcal, B 110,3 g T 98,9 g W 315,5 g NKT 30,7 g bł 28,5 g sól 5,5 g cukry 107,8 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdeciki 1 szt, pasztec 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz, bś, japo got 1 szt, sokiab gotowany 50g)	chrupki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel biał 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 2385,9 kcal, B 109,2 g T 79,7 g W 315,1 g NKT 28,9 g bł 26,9 g sól 5,5 g cukry 110,9 g

wętrobowowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek miodowy 1szt., pasztet 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2290,1 kcal, B 98,2 g T 72,7 g W 367,5 g NKT 20 g bł 23,6 g sól 4,9 g cukry 130 g
dzici bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., serdelek 60 szt., pasztet 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z ciekrem 200ml, bułka pszenna 1szt., jabłko 1 szt., krakowska 50 g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	en 1220,9 kcal, B 62,5 g T 23,5 g W 196,6 g NKT 13,7 g bł 15,7 g sól 3,5 g cukry 97,8 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł 10g, jajko got. 1 szt., sernik gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gałka mielna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4 szt., mix tł 10g, filet kurczaka gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	en 2135,5 kcal, B 115,7 g T 68,8 g W 274,6 g NKT 22,6 g bł 26,5 g sól 4,5 g cukry 109,9 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekrem 200ml, chleb zwykły 90g, mix tł 13g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tł 10g, ser biały 50g, liść salny	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%, ciekrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, mielon 100g	en 2670,1 kcal, B 106,6 g T 93,9 g W 97,8 g NKT 39,7 g bł 39,9 g sól 6,5 g cukry 96,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – niemieszane kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalni w dn. Sobota 1

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

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

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

Jajło i prod. pochodne— jajło, paluszki ziemniaczane

NIEDZIELA 1 SZPITAL WOJEWÓDZKI 28.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśty pekinińskiej 120g, kalerfaj z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2672,2 kcal, B 110,5 g T 98,1 g W 308,8 g NKT 30,3 g bł 29,9 g sól 6,4 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfaj gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2455,6 kcal, B 108,8 g T 74 g W 309,7 g NKT 26,3 g bł 28,5 g sól 54,9 g cukry 101,4 g
paplowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1szt., liść sałaty				Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2220,7 kcal, B 99,6 g T 66,3 g W 328,5 g NKT 19,6 g bł 30,9 g sól 3,9 g cukry 94,2 g aa 2250,2 kcal
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 30g, polędwica sopočka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalerfaj gotowany 60g, kisiel 200ml	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 2352,2 kcal, B 102,3 g T 61,9 g T 21,9 g W 193,1 g NKT 12,9 g bł 14,5 g sól 3,6 g cukry 89,8 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1szt., kalerfaj gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty20g	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2138 kcal, B 105,4 g T 51,7 g W 366,9 g NKT 19,1 g bł 21,5 g sól 4,5 g cukry 122,7 g
niskokalorowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2138 kcal, B 105,4 g T 51,7 g W 366,9 g NKT 19,7 g bł 29,4 g sól 3,3 g cukry 95,7 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, polędwica sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	wałki ryżowe 2 szt.,pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśty pekinińskiej 150 g, kalerfaj z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2650,1 kcal, B 110,6 g T 98,2 g W 308,6 g NKT 30,5 g bł 29,6 g sól 6,5 g cukry 99,0 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarożek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, ogórek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2500,9 kcal, B 120,5 g T 89,7 g W 282,8 g NKT 20,1 g bi 38,8 g sól 5,5 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, 1 twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2205,1 kcal, B 81,6 g T 73,7 g W 329 g NKT 19 g bi 21 g sól 4,6 g cukry 95,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, kielbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, deser sojowy 1 szt.	en 1178,9 kcal, B 106,5 g T 96,4 g W 304,8 g NKT 24,5 g bi 15,9 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemiakczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2179,5 kcal, B 114,2 g T 68,7 g W 274,6 g NKT 23,6 g bi 27,6 g sól 4,6 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tł. 5g, twarożek ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet karczocy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuszy pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tł. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2760,4 kcal, B 107,5 g T 91,9 g W 95,9 g NKT 37,2 g bi 42,8 g sól 6,7 g cukry 95,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

bi – bionnik

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

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa, mieszanka mleczna, twarożek z papryką i ziołami, twarożek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser topiony, kefir
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa inka,

mieszanka mleczna, herbatniki, szynkowa, sopočkaszabowy wp, filet w sosie
Seler- zupa obiadowa; rosół, szynkowa, ogórek z sosie ziołowym, sopočka
Sója i produkty pochodne –wafle ryżowe, szynkowa, sopočka, deser sojowy

Gorczyca- zupa obiadowa rosół, szynkowa, sopočka

Jajło –jajło gotowane, blizkopy, schabowy wp.