

# PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 30.01.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna 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, warzok ze szczyptką 70g, herbata krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 160g, duszona szklana miska wp. w sosie koperkowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, polędwica soppocka 30g, sok topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g	en 2338,8 kcal B 89,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKt 32,1 g Bt 31,9 g sól 5,8 g cukry 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, warzok ze szczyptką 70g, papryka 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, polędwica twarog ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKt 31,5 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2%/200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%/10g), jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pszenna 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%/10g), polędwica soppocka 30g, owoce 1 szt.	en 1156,5 kcal B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKt 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2%/300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jajo got. 1 szt., krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, polędwica soppocka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2266,5 kcal B 80,5 g T 87,5 g W 351,5 g NKt 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, konserwa sowańska 50g, pasztecik wp.50g, ogórek 70g, liść salaty (całz b/s jajo 1 szt.)	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wiśniowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, polędwica soppocka 50g, twaróg ziołowy, (całz bez soli- jajo got. 1 szt., twaróg ziołowy), sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKt 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa sowańska 50g, pasztecik wp.50g, mus owocowy 1 szt., jablo gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica soppocka 50g, mleczna 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKt 30,2 g Bt 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., scharb wp 50g, jablko 1 szt., ogorek 70g, maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Baranecz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany scharb 60g, murelewska gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, ser bialy 70g, gotowany kurczak 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miod 1 szt.	en 2125,5 Kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedobrowistosciach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa scharb 200ml, chleb zwiak 90, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwalaska 50g, paszlet wp 50g, jablko 1 szt., ogorek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g ser 20ty 50g, lisc salsy	Baranecz czerwony ze smietana 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, sur z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, polędwica soppodka 50g, nantang ziolowy 50g, sur z ogorka i salsy lodowy w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miod 1 szt.	en 2211,8 Kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,9 g Bt 31,9 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

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

**Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Poniedziałek II**

Mleko (liczenie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa z mlekiem, ser biały, ser żółty, baranecz ze smietana, budyń, serrek topiony, twarożek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, paszlet wp, Zboza zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbozowa wędliny, kiełbasa krakowska paszlet wp, konserwa suwalaska, blok mielony, scharb w sosie Seler- baranecz czerwony, wędliny, konserwa suwalaska, blok mielony, sos ziolowy- ogrodowy, suwalaska  
Soja i produkty pochodne –wafle ryzowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalaska, polędwica soppodka, blok mielony, sos ogrodowy - ziolowy, suwalaska  
Gorczyca- konserwa suwalaska, polędwica soppodka, blok mielony, sos ogrodowy - ziolowy, suwalaska  
Jaja- jajo got.

# WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 31.01.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Zaścierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulką 70g, sur. colistaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g Bj 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
<b>lekkostrawna</b>	Zaścierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg zielony 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2317,8 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g Bj 27,9 g sól 5,4 g cukry 88,4 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zaścierka na mleku 200ml, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1356,5 kcal, B 63,6 g T 48,5 g W 188,5 g NKT 13,4 g Bj 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
<b>dzieci starsze</b>	Zaścierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 130g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g Bj 30,6 g sól 4,9 g cukry 87,9 g
<b>cukrzykowa</b>	kawab/cukr. 200, chleb razowy 100 mix tł. 10, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, żyłowska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur. marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg zielony 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2419,6 kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 325,5 g NKT 31,2 g Bj 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
<b>wątrobowa</b>	Zaścierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwański melon 50g, twaróg zielony 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2212,6 kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g Bj 28,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twaróg zielony 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2000,6 kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g Bj 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

<p><b>PRZY</b> <b>niedokrwistości</b></p>	<p>Zadziaka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 90g, mix tl. 13g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, miodn. 100g, liść salaty</p>	<p>razowy 80g, mix tl. 10g, tyrolska 60 g</p>	<p>Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml</p>	<p>Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziółowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt</p>	<p>en 2417,6 kcal, B 92,3 g T 80,9 g W 321,5 g NKT 30,2 g Bt 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g</p>
<p><b>Wskaz składników alergicznych w Jadalniście w dn. Wtorek II</b></p> <p><b>Ornazczenia wskaźników odżywczych:</b>  en - wartość energetyczna  B - białko ogółem  T - tłuszcz  W - węglowodany ogółem  NKT - nasycone kwasy tłuszczowe  Bt - błonnik  sól - sól  cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., maślo 82%, kawa z makiem, Jogurt, twarożek z cebulką, twarożek ziołowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy  Zboża zawierające gluten - zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet, wp, kawa z makiem, wędliny: szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy  Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń ryżowa  Gorczyca- wędliny: pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy  Jajka – stek, pulpet</p>					



# ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 01.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g., paszeta 50g., serdielek 1 szt., żółty ser 30g., pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, mandarynka 1 szt.		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszanej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dzem 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2467,1 kcal, B 99,9 g T 97,8 g W 366,1 g NKT 35,8 g bl 27 g sól 6,3 g cukry 95,4 g
<b>lekkostrawna</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, paszeta 50g., polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszeta 30g, polewka drożdżowa 30g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt masło (82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bl 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
<b>dzieci starsze</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 15g., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
<b>kultrzygowa</b>	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, Krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur. z kiszanej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bl 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
<b>wątrobowa</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2183,3 kcal, B 106,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bl 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl.10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., listki sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt.</p>	<p>Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surz kiszonej kapusty 120g, surz z marchewki 120g, kompot 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2055,3 kcal. B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bł 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Plaki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt,mix tl.15g, pasztecik 50g, polędwica drobiowa 50g, listki sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb rzazowy 80g, mix tl.10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g</p>	<p>Ryżowa ze smietana 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 15g, szynka barińska 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bł 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

**Wykaz składników alergicznych: w Jadospisie w dn. Środa II**

Mleko (łącznie z laktozą) –plaki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, pasztecik, Krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa  
 Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa liska z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztecik, Krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barińska, zupa z soczewicy  
 Seler- zupa ryżowa, pasztecik, Krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barińska, zupa z soczewicy  
 Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, pasztecik, Krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barińska  
 Gorczyca- wędliny: pasztecik, Krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barińska  
 Jajo –jajko got.1 szt., babka ziemniaczana,

# CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 02.01.2025

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 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, kebabas suwałki 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wafelka drożdżowa duszona z cebulką i karmelizowanymi jabłkami 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z cukrem i makiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twarozek z szezypiotkiem 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2549,3 kcal, B 101,3 g T 82,0 g W 334,7 g NKT 30,6 g Bh 22,9 g sól 8 g cukry 96,7 g
lekkostrawna	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serdecik 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twarozek z ziolanmi 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g Bh 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1 szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, twarozek z ziolanmi 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g Bh 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 130g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i makiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, twarozek z ziółowy 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g Bh 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyg bez soli – jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarozek ziółowy 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g Bh 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdecik 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., twarozek ziółowy bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,6 g NKT 27,4 g Bh 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemiaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tl. 10g, twarozek ziółowy 50g, sziab gotowany 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g Bh 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g



<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banana 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 60g, mix 10g, jajko got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pakietki z marchwka 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboz z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, twarzek ziolowy 50g, szynka z pierści kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salony</p>	<p>en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 226,6 g NKT 27,5 g bj 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych w jadospisie w dn. Czwartek II</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktazą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z makiem, serdelek, kiełbasa suwańska, twarzek ziolowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z makiem, kiełbasa suwańska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, serdelek, kiełbasa suwańska, szynka z pierści kurczaka, szynkowa Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopty Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierści kurczaka</p>					



# PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 03.01.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszką 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuśy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzaniem 70g, jabłko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g Bł 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g Bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%), jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruszką 1 szt.	Galerka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek waniliowy 1szt., ser żółty 30g, jabłko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g Bł 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszką 1 szt.	Galerka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuśy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biskopki 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g Bł 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapuśy białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twaróg z zieleni 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g Bł 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, biłka z jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g Bł 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, gruszką 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt, mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, twaróg z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,7,1 g NKT 26,2 g Bł 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

<p><b>przy</b> <b>niedokrwiłośnościach</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw-90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl,10g, ser biał-50g, ogórek 70g</p>	<p>Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, warzonek z ziółami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g</p>	<p>en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g Bj 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g</p>
--	---	---	---	--	---

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

**Wykaz składników alergicznych w Jadlospisie Piatek II**

Mleko (lecznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty  
 Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa na mleku, dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty  
 Jajka- jajo got, dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biszkopty  
 Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tuńczykiem  
 Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe

# SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 04.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, pasztecik wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, ogórek 70g		Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekinińskiej z sosem winegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,0g NKT 27,4 g b1 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuści pekinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwałska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g b1 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 82% , pasztecik wp. 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt, szynka z piersi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g b1 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt	Kapuśniak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuści pekinińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g b1 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuści pekinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzewny 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwałska 50g, cukrzyk bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g b1 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa suwałska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g b1 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix d 10g, ser białý półtusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapsuły pekinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix d 10g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g bJ 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1szt., mix d 1 5g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix d 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapsuły pekinińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix d 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6 kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g bJ 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bJ - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

**Wskaz składników alergicznych: w Jaldospisie Sobota II**

Mleko (raznie z laktozą) - kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtusty, kefir 1 szt., pasztet wp.

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtusty, kefir 1 szt., pasztet wp.

Seler- zupa chłopska, kapuśniak, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne - waflę ryżowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gorzycy- konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

Jaja- jajo gotowane

Orzechy - masło orzechowe



# NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 05.01.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, ser żółty 50g, polećwica soppocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony schab wp. w sosie własnym 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g mix tl.15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2416,7 kcal, B 104,3 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g bł 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, ser biały polećwica 50, polećwica soppocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl.10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polećwica soppocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biskopki 25g, serek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw.60g, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, ser żółty 50g, polećwica soppocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biskopki 30 g, serek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.120, mix tl. 15 g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
cukrzycowa	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, polećwica soppocka 50g, ser biały polećwica 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, siii z kiszanej kapuśy 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzycow bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g bł 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, ser biały polećwica 50g, polećwica soppocka 50g, dżem 1 szt, mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filiz z burzaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>Sok owocowy 200ml</p>	<p>Ziemiaczka 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml</p>	<p>Kefir 150ml</p>	<p>Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bt 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,63 g</p>
<p><b>przy niedokwistościach</b></p>	<p>Makaron na mleku 2% 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, krakowska 50g, pomidor 50g</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza jęczmień 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml</p>		<p>Kawa zioł. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 304,5 g NKT 27,1 g Bt 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g</p>

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

Mleko (tęcznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl, masło 82%, kawa ziołowa z mlekem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny, krakowska, blok mielony, serce waniliowy  
 Zioła zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa ziołowa z mlekem, herbata, wędliny, krakowska, blok mielony, makaron, sopočka, szynkowa, smażony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkopcy  
 Wykaz składników alergennych: w **jadospisie w dn. Niedziela II**  
 Seler- krupnik, grochowa, wędliny, blok mielony, krakowska, sopočka  
 Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, wędliny, krakowska, blok mielony  
 Gorczyca- wędliny, krakowska, blok mielony  
 Jajko-jajko, biszkopcy