

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 24.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze smażeniem 70g, kebab kabanoska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica soppoka 50g, serok topiony 7 szt., sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g	en 2338,8 kcal B 88,2 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. 10g, konserwa suwińska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica soppoka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,9 kcal, B 97,5 g T 82,9 W 341,9 g NKT 31,6 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, kebab kabanoska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica soppoka 30g, liść salaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 47,5 g W 149,5 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., kabanoska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboz. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica soppoka 50g, sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2266,5 kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKT 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,9 g cukry 97,9 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwińska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, liść salaty (cukrz. bś jajo 1 szt.)	Kalifer gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150 ml	Kawa zboz. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica soppoka 50g, twaróg ziołowy, (cukrz. bez soli - jajo got. 1 szt., twaróg ziołowy), sur. z ogórka i salaty 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 suwińska 50g, pasztecik wp. 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab niekiedy w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica soppoka 50g, mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 84,2 g W 342,4 g NKT 30,2 g Bt 30,9 sól 5,8 g cukry 98,1 g

						en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bf 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, sziab wp 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany sziab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, suszem 200ml, chleb z awy 90, kulek pieczna 1szt., mix tl, 15g, konserwa suwalska 30g, paszeta wp 50g, jablko 1 szt, ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g ser zółty 50g, liść salny	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany sziab w sosie koperkowym 60g, sur: z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekim 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszczena 1szt., mix tl, 15g, polędwica sopocka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur: z ogorka i salny lodowy w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g Bf 31, g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (jęczmie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboz z mlekim, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietana, budyn, serrek topiony, twarozek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy- ogrodowy, paszeta wp, Zboza zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak , pieczywo, kawa zbozowa wędliny, kielbasa krakowskaspaszeta wp., konserwa suwalska, blok mielony, szulka mięsa w sosie chrzanowym, sziab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ziolowy- ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, paszeta wp kielbasa krakowska, sos ogrodowy - ziolowy, suwalska.

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy - ziolowy, suwalska

Gorczyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka , blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszeta wp.

Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 25.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zaciekta 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 mlekiem2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, szynkowa 50g, twarógzek z cebulą 70g, sur. coleslaw 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 Bt 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zaciekta na mleku 2%, 250ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb aw.60g, mix tł. 10g, pieczeni ryżniska 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycki w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.10g, przysmak suwałski 50g, twarozek ziolowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g Bt 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
		Chrupki kukurydżane 16g, serek homogenizowany 1 szt.			Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g,masło (82%)10g, szynkowa 30g, ser zółty 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 Bt 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt,masło (82%)10g, zaciekta na mleku 200ml, szynka z pierś kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indycki w sosie własnym60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.		
dzieci starsze	Zaciekta na mleku 2%, 300ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb aw.90g, masło (82%) 15g, szynka z pierś kurczaka 50g,szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukur 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2456,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g Bt 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g
cukrzykowa	kawab/cukru200, chleb razowy100 mix, tł.10, pieczeni ryżniska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indycki 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 suwałski 50g, twarozek ziolowy 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 Bt 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Zaciekta na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeni ryżniska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb aw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwałski mielony 50g, twarozek ziolowy 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 Bt 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2%,250ml, herbatka 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indycki bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbatka 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł.10g, twarozek ziolowy 70 g, sernab 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 Bt 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

					en 2417,6 kcal, B 92,3 g T 80,9 g W/ 321,5 g NKT 30,2 g bJ 27,9 g sJ 5,6 g cukry 88,4 g
przy miedokrwistości	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukiern 2000ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 90g, mix tl. 15g, pieczeń rymska 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tl 10g, tyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziolowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcze W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bJ – błonnik sJ – sól cukry – cukry					
Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Wtorek II Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek ziolowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp, kawa z mlekiem, wędliny: szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Selec- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń rymska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń rymska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Gorczyca- wędliny: pieczeń rymska, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Jaja – stek, pulpet					

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 26.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet 50g, serdek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, mandarynka 1 szt.		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajko gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2467,1 kcal, B 93,9 g T 97,8 g W 368,1 g NKT 35,8 g bl 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa 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
dzieci do lat 3	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 5g, pasztet 50g, 10g, pasztet 30g, polewica drobiowa 30g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyn 150ml, herbatniki 25g	Ryzowa 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
dzieci starsze	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%) 5g, pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyn 250ml, herbatniki 25g	Ryzowa 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%) 5g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2455,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 329,9 g NKT 29,5 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl. 10g, pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzy. bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko 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
wątrobowa	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., porridor koktajlowy 10g		Ryzowa 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 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bl 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., lisz sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 10g	Wafle ryżowe Zszl.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapuszy 120g, sur z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g
					en 2055,3 kcal, B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bi 27,8 g sol 4,5 g cukry 99,5 g
przy niedoborach witamin	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt,mix tl 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, lisz sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 10g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, kurczak got. 60g, ogorek 70g	Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i przyprawami jablekami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynka barmnika 50g, jajo gotowane 1 szt., jableko 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bi 37,1 g sol 5,9 g cukry 104 g
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sol – sól cukry - cukry					
Wykaz składników alergennych: w jadospisie w dn. Środa II Mleko (łącznie z laktozą) —płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tt,, kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, pasztet, krakowska, makaron z serem i jablekiem, babka ziemiaczana, ser żółty, połączwica drobiowa Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa linia z makiem, herbatniki, kawa zbożowa,makaron z serem i jablekiem, babka ziemiaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, połączwica drobiowa, szynka barmnika Seler-zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika, zupa z soczewicy Soja i produkty pochodne—wafle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, połączwica drobiowa, szynka barmnika Gorczyca-węgliiny; pasztet, krakowska, serdelek, połączwica drobiowa, szynka barmnika Jajlo—jajlo got.,1 szt., babka ziemiaczana,					

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 27.03.2025

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 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wądrobka drobiowa 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 mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twarógzek z cebulą i szczypiorkiem 70g, szynka z piersi 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 bł 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 1szt, mix tl. 10g, serdielek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarógzek z ziołami 50g, szynka z piersi 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 bł 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 1szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopcy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatnik 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, twarógzek z ziołami 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g	T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 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. 30g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopcy 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kaliafor na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatnik 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twarógzek ziołowy 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 bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyć bez soli – japo 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-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, japo 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarógzek ziołowy 70g, szynka z piersi 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 bł 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 1szt., serdielek 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarógzek ziołowy bez soli 50g, szynka z piersi 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 bł 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, japo 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, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt, mix tl. 10g, twarógzek ziołowy 50g, serek 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 bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g

					en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g bł 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tl 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., dżem 1 szt, papryka 50g	Rosół z makaronem 100 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo- ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, twarożek ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salaty	
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 alergennych w Jadalniście w dn. Czwartek 11 Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwańska, twarożek ziołowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wafelka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa suwańska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka, biskopcy Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, serdelek, kiełbasa suwańska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa Jajka - jajo gotowane 1 szt., biskopcy Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka					

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 28.03.2025 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 1szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 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 zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 60g, dżem 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarógzek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 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
						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 do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%), jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galearka 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	Biszkopty 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	
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt.,ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galearka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopty 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 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
						en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 335,1 g NKT 29,1 g Bł 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 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 kapuszy białej 120g, sur z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarógzek z ziołami 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, biatka z 2 jaj, dżem 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 zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarógzek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 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	Rż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa300ml, ziemniaki 200g,dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wałe ryżowe 2szt, mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wałe ryżowe 4szt., mix tł.10g, twarógzek z ziołami 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 g NKT 26,2 g Bł 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

przy miedokrwistościach	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl. gruska 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1 szt mix tl. 15g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g bł 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g
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 jadłospisie Platek II Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix it, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kawa zbożowa z mlekiem, biskopcy, kasza jęczmienna, biskopcy Seler- zupa pomidorowa, hummus Jajka- jajo got., dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biskopcy Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tuńczykiem Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe					

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 29.03.2025

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 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, pasztecik wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińnik 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 młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuśi pekinińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 317,8g NKT 27,4 g bł 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 tł. 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 kapuśi pekinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, pasztecik 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 1szt, 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 13,4 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 30g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% , pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusińnik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuśi pekinińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z młkiem 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 bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyć bez soli - sotiab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapusińnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuśi pekinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 0g, konserwa suwańska 50g, cukrzyć bez soli - sotiab 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 bł 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 młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwańska 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 bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

						en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 203,3 g NKT 27,1 g Bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżane 15g	Ziemiakczarna 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur. z kapuśy pekinijskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł10g, jajo got. 1 szt., liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	
przy niedotlenistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pastet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tł 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśy pekinijskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix. tł 15g, konserwa suwańska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g Bł 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

Bł — białko

sól — sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie Sobota II

Mleko (tęcznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir 1 szt., pastet wp.

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanika płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, pastet wp., szynka konserwowa, szynkowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

Soja i produkty pochodne—wafile ryżowe, konserwa suwańska, pastet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gorczyca- konserwa suwańska, pastet wp., szynka konserwowa, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

Jaja- jajo gotowane

Orzechy- masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 30.03.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser biały 50g, polewica sopočka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z makiem 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 półtłusty 50, polewica sopočka 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 makiem 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
						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 do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%10g, chleb zw 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polewica sopočka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wałki 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	biszkopcy 25g, serrek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw 60g, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polewica sopočka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wałki 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	biszkopcy 30 g, serrek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z makiem 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
cukrzykowa	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polewica sopočka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszonej kapusty 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, cukrzy bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałat, 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 półtłusty 50g, polewica sopočka 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 makiem 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

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść salaty, pomidor 70g	en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g bj 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
przy niedobrowistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g., mix tł. 15g, ser żółty 50g, podawca sopočka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g., mix tł. 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmień 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120g., mix tł. 15g., ser biały 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g	en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g bj 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g

Wykaz składników alergicznych: w Jadalospisie w dn. Niedziela II

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serek waniliowy

Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z mlekiem, herbatniki, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopočka, szynkowa, smazony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkopty

Sefer- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopočka

Soja i produkty pochodne –wałec ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony

Jajko-jajko, biszkopty

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry