

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 10.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienia na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, twarożek ze smaż.porkiem 70g, kisielas krakowski 50g, kiszoncy ogórek 70g, papryka 50g, jablko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona zupa młyna wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, polędwica sopocka 50g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 30g	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 jęczmienia na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa sardyni 50g, piezdel wp. 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, polędwica sopocka 50g, twaróg 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 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienia na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, jogi 1 szklka, kisielas krakowski 30g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budki 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza, pieczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopocka 30g, liść salaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1166,5 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 jęczmienia na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jogi pot. 1 szt., kanonika 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budki 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15, polędwica sopocka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 Kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 361,5 g NKT 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, konserwa sardyni 50g, piezdel wp.50g, ogórek 70g, liść salaty chrzan b/s jajo 1 szt.)	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wiśniowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, twarożek ziołowy, (cukrzyce bez soli - jajo got. 1 szt., twarożek 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 96,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienia na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa sardyni 50g, piezdel wp.50g, mix owocowy 1 szt, jablko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab młyny w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g młeciana 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

						en 2125,5 kcal, B 1054 g T 68,9 g W 289,5 g NKT 25,1 g b1 25,2 g s01 5,1 g cukry 109,4 g
bezglutenowa	Ryż na młku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, schab wp 50g, jablko 1 szt, ogorek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, murekowska 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, dzem 1 szt., miód 1 szt.	
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na młku 2% 250ml, kawa zbozowa ciemna 200ml, chleb zwykły90, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, konserwa suwańska 50g, pasztec wp 50g, jablko 1 szt, ogorek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g ser żółty 50g, łuski sady	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z młkiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, półciężka sopocka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur z ogórka i sałaty lodowy w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 221,8 kcal, B 98,9 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g b1 31 g s01 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
 b1 – błonnik
 s01 – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergenychn: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łączenie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboz z młkiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serek topiony, twarozek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, pasztec wp, Zboza zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbozowa, wędliny, kiełbasa krakowskaspasztec wp., konserwa suwańska, blok mielony, szuka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie koperkowym, kawa zbozowa, sos ziolowy- ogrodowy, suwańska

Seler- barszcz czerwony, wędliny; konserwa suwańska, blok mielony, pasztec wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziolowy, suwańska,

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwańska, półciężka sopocka, blok mielony, sos ogrodowy - ziolowy, suwańska

Gotczyca- konserwa suwańska, półciężka sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztec wp

Jajka- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 11.03.2025

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 1szt, mix tł 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix salat		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 cebuląq 70g, sur. colesław 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 zw 60g, mix tł 10g, pieczeń rybnia 30g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść salaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycy w sosie własnym60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 10g, przysmak suwałski 50g, twarógzek żółtawy 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
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt,masło (82%)10g, zaciekta na mleku 200ml, szynka z pieci buraczka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść salaty	Chrupki kukurydziane 16g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indycy w sosie własnym60g, 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 Bt 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Zaciekta na mleku 2% 300ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieci buraczka 50g szynka konserwowa 50g, liść salaty, 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 2419,6 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
cukrzycowa	kawab/cukr120g, chleb razowy 100 mix tł 10, pieczeń rybnia 50g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycy 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, twarógzek żółtawy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2212,6 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, pieczeń rybnia 50g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwałski mielony 50g, twarógzek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2200,6 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
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb beżglutenowy 90g, mix tł 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajc 1 szt., melon 100g, liść salaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt, mix tł 10g, twarógzek żółtawy 70 g, siałab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	

przy niedokrwistości	Zacierka na misku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 90g, mix tl 1,5g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, mielon 100g, liść salny	razowy 80g, mix tl 10g, tyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 130g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,5g, przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2417,6 kcal, B 92,3 g T 80,9 g W 321,5 g NKT 30,2 g bł 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 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 w dn. Wtorek II Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z makiem, jogurt, twaróg z cebulką, twaróg ziołowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wo, kawa z makiem, wędliny, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń ryżowa Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Gorczyca- wędliny: pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Jaja – stek, pulpet					

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 12.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix 115g, pasztec 50g, serleciok 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, morderczyk 1 szt.		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surowka z kiszonej 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 115g, jajko gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka białka 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 bł 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix 115g, pasztec 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, morderczyk 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 115g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 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 bł 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztec 30g, polewica drożdżowa 30g, liść sałaty, morderczyk 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	bućdyń 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 białka 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 bł 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, pasztec 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, morderczyk 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	bućdyń 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 białka 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 bł 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 115g, pasztec 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa 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 białka 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 bł 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztec 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, morderczyk 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 białka 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 bł 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 13.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywczą i kaloryczną posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, serderek 1szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banana 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 150g, warzywna 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 mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, twaróg z cebulką i szczyptą 70g, szynka z pierś 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 1sz, mix tł. 10g, serderek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banana 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziółami 50g, szynka z pierś 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, banana 1 szt.	biszkopy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twaróg z ziółami 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g 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. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%)15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banana 1 szt.	biszkopy 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kalfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, twaróg 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 bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyce bez soli – jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pszczak 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 tł. 10g, twaróg z ziółowy 70g, szynka z pierś 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
wątrobowowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serderek 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banana 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twaróg z ziółowy bez soli 50g, szynka z pierś 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 tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banana 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szk, mix tł. 10g, twaróg z ziółowy 50g, schab 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 bj 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 1szt. mix tl. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl.10g, jajko got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pękniętej z marchewką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboz.z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt mix tl.15g, twarożek ziolowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść saliny	
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bj – bionnik sól – sól cukry - cukry					
<u>Wykaz składników alergennych w jedzospisie w dn. Czwartek II</u> Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekem, serdelek, kiełbasa suwalska, twarożek ziolowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbozowa z mlekem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie,rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka, biszkopty Seler-rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopty Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka					

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 14.03.2025 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 tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dzem 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 tl 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 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, 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
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, gruska 1 szt.	Galaretką owocową 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	Biskopity 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, gruska 1 szt.	Galaretką owocową 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	Biskopity 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść sałaty, 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 kapuszy białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż z cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 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, bułka z 2 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 zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dzem 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	Wale ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, 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

przy miedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbiżowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt, dzem i sztt., ser Hochland 2 pl, gruszka 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 zieleni 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tufczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g Bt 30,5 g sól 5,6 g
	Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry Wykaz składników alergicznych w Jadalospisie Piatek II Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z makiem, biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty Seier- zupa pomidorowa, hummus Jajka- jajo got., dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biszkopty Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tufczykiem Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe				cukry 102,1 g

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 15.03.2025

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 1 szt., mix tl. 15g, paszeta wp. 70g, szyńska konserwowa 50g, jabłko 1 szt., 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szarykowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,0g 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 1 szt., mix tl. 10g, paszeta wp. 50g, szyńska konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 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, paszeta 30g, szyńska 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., szyńska 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 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. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% , paszeta wp. 50g, szyńska 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 pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szyńska 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
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, paszeta wp. 50g, szyńska 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 pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwańska 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 bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, paszeta wp. 50g, szyńska 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 mlekiem 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

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 10g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapuśki pekńskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, jajko got. i szt., liść salaty, 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
przy niedokrwistościach	Kawa zboż. z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet 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 kapuśki pekńskiej 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 suwalska 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 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 — białnik

sól — sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jajłospisę, Sobota II

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

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, pasztet wp., szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

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

Jajła- jajko gotowane

Orzechy - masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 16.03.2025 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 żółty 50g, półkawa sopocka 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g mix tl 15g, szybkowa 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 półkawa 50, półkawa sopocka 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, szybkowa 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, półkawa sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wale 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, serek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw 60g, szyłka z pierśi kurczaka 30g, szybkowa 50g, 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, półkawa sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wale 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, serek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tl, 15 g, szyłka z pierśi kurczaka 50g, szybkowa 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, półkawa sopocka 50g, ser biały półkawy 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jogo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, str. z kiszanej kapuszy 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, szybkowa 50g cukru doz soli - schab gotowany 50g, jogo 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 półkawy 50g, półkawa sopocka 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, szybkowa 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, 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 sol 4,3 g cukry 92,63 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tl 12g, ser żółty 50g, podkwasz sopočka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmieńne 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, 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 sol 4,8 g cukry 97,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergennych: w **Jadłospisie w dn. Niedziela II**

Mleko (dęcznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska,blok mielony, serce waniliowy
Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet , kawa zbożowa z mlekiem, herbata,ki , wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopočka, szynkowa, smazony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkopiy
Sefer- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopočka
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony
Gorczyca- wędliny: krakowska, blok miensy
Jajo-jajo, biszkopiy