PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 27.01.2025

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 tł.15g, twarożek ze szczypiorkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g,duszona sztuka mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g. gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15, polędwica sopocka50g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty 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 bł 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 tł. 10g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, ogorek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.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 bł 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.	Budyń 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopocka 30g, liść sałaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g bł 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 tł.15g, jajo got. 1 szt., krakowska 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, brokuł 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 tł.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 351,5 g NKT 28,2 g bł 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzycowa	kawa zbożowa.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, ogórek 70g, liść sałaty (cukrz b/s jajo 1 szt.).	Kalarior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wielowarzywny 150 ml	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, polędwica sopocka 50g, twarożek ziołowy , (cukrzyc.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 bł 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, mus owocowy 1 szt, jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g mielona 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 bł 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g

	bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł.10g, jajo gotowane 1 szt, schab wp.50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
	przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowaz cukrem 200ml, chleb zwykły90, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, jabłko 1 szt, ogórek 70g	chleb razowy 80g , mix tł. 10g ser żółty 50g, liść sałaty	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 zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, polędwica sopocka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 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 bł 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 – nasycone kwasy tłuszczowe
bł – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlekiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietana, budyń, serek topiony, twarożek ziołowy, jogurt owocowy, sos ziołowy - ogrodowy, pasztet wp.
Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak , pieczywo, kawa zbożowa wędliny; kiełbasa krakowskapasztet wp., konserwa suwalska, blok mielony, sztuka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ziołowy- ogrodowy, suwalska
Seler- barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp.kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziołowy, suwalska,
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, ,sos ogrodowy - ziołowy, suwalska
Gorczyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka , blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.
Jaja- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 28.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka 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 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, twarożek z cebulką 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 bł 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa.z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, mix tł. 10g, pieczeń rzymska 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt.,mix tł.10g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 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 bł 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt,masło (82%)10g, zacierka na mleku 200ml, szynka z piersi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyczy w sosie własnym60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herabata 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 bł 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml,kawa zbożowa.z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.90g, masło (82%) 15g, szynka z piersi 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 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g bł 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g
cukrzycowa	kawab/cukru200,chleb razowy100 mix. tł.10, pieczeń rzymska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indyczy w sosie własnym 60g ,sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 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 bł 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeń rzymska 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 1szt., , przysmak suwalski mielony 50g, twarożek ziołowy 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 bł 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezlutenowy 90g., mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indyczy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, twarożek ziołowy 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 bł 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

	przy niedokrwistosci	Zacierka na mleku 2% 250ml.kawa zbożowa.z cukrem 200ml. bułka pszenna 1szt., chleb zw.90g. mix tł. 15g. pieczeń rzymska 50g. szynka konserwowa 50g. melon 100g. liść sałaty	razowy 80g, mix tł 10g, tyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g , marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt.,mix tł.15g, przysmak suwalski 50g, twarożek 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 alergennych w jadłospisie w dn. Wtorek II

Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, 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 mlekiem, wędliny; szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń rzymska
Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń rzymska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń rzymska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Gorczyca- wędliny: pieczeń rzymska, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Jaja—stek, pulpet

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 29.01.2025

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 1szt. mix tł15g , pasztet 50g, serdelek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktailowy 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 zbożowe z mlekiem 200ml, chleb wz.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1szt, szynka bartnika 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 cukrem200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt . mix tł.10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 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 1szt. mix tł.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 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 cukrem200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztet 30g, polędwica drobiowa 30g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 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 1szt masło (82%)10g, ser biały półtłusty 30g, szynka bartnika 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 1szt. masło (82%)15g , pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 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 1szt. masło (82%)15g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 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
cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tł.10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyc.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 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, jajo gotowane 1 sztuka, szynka bartnika 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 1szt., pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartnika 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

	bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix. tł.10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	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
	przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa.z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt.mix tł.15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktailowy 10g	chleb razowy 80g, mix tł.10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g	Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt. mix tł. 15g, szynka bartnika 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	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

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 jadłospisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktozą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł., kawa z mlekiem, budyń, ser biały półtłusty, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa

Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbatniki, kawa zbożowa,makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika, zupa z soczewicy

Seler- zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika, zupa z soczewicy

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika

Gorczyca- wędliny: pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartnika

Jajo—jajko got.1 szt., babka ziemniaczana,

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 30.01.2025

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 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątróbka drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, twarożek 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 1sz, mix tł.10g, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarożek 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.	biszkopty 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g,szynka z piersi kurczaka 30g, twarożek z ziołami 30g, liść sałaty, pomarańcza100g	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 pszenna1sz, masło (82%)15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 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 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż.z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twarożek 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 tł.10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyc.bez soli – jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarzywny 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 kiszonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g,twarożek 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 zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., serdelek 1szt.,szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarożek 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł.10g, jajo 1 sztuka , jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 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 tł.10g, twarożek ziołowy 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

przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt. mix tł.15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g., mix tł.10g, jajko got. 1 szt., dżem 1 szt. papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt.mix tł.15g, twarożek ziołowy 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	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

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 jadłospisie w dn. Czwartek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł, masło 82%. kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska, twarożek ziołowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie,rosół z makaronem, szynkowa, szynka z piersi kurczaka, biszkopty
Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z piersi kurczaka, szynkowa
Jajka - jajo gotowane 1 szt., biszkopty
Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 31.01.2025 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 1szt., mix tł.15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jeczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur.z kapusty 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 jeczmienna 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, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktailowy 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, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jeczmienna 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 koktailowy 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 tł.15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt.,ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jeczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur.z kapusty 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 sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktailowy 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
cukrzycowa	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 jeczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur.z kapusty 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, twarożek z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktailowy 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, białka z 2 jaj, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jeczmienna 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, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktailowy 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 tł.10g, jajo gotowane 60g., dżem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa300ml, 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 tł.10g, twarożek z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktailowy 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 niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, jajo gotowane 1szt. dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g., mix tł.10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jeczmienna 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 1szt mix tł.15g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktailowy 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 alergennych w jadłospisie Piątek II

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tł, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty
Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz smażny, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem,biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty
Seler- zupa pomidorowa, humjus
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 01.02.2025

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, pasztet wp. 70g, szyna konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapuśniak 300ml, pęczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapust 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 1szt., mix tł10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, peczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwalska 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 1szt.,maslo 82% 10g, pasztet 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 13,5 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 1szt., masło 82% , pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt	Kapuśniak 300ml, pęczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż.z mlekiem 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, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g; cukrzyc.bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, peczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzywny150 ml	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł10g, konserwa suwalska 50g, cukrzyc.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 1szt., chleb zw.60g, pasztet wp.50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, peczak 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 1szt., chleb zw.60g, konserwa suwalska 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł10g, 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 bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw.90, bułka pszenna 1szt., 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, peczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g,kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt. mix. tł 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, 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 – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie Sobota II

Mleko (łącznie 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 piersi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym
Seler- zupa chłopska , kapuśniak, , konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, konserwa suwalska, pastet wp., szynka konserwowa, deser sojowy
Gorczyca- konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, szynkowa, szynka z piersi kurczaka
Jaja- jajo gotowane
Orzechy - maslo orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 02.02.2025 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 tł.15g, ser żółty 50g , polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jeczmienna 160g,smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g mix tł.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 tł.10g, ser biały półtłusty 50, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jeczmienna 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 tł. 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, polędwica sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jeczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 25g, serek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw.60g, szynka z piersi 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 tł.15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jeczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 30 g, serek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.120. mix tł. 15 g, szynka z piersi 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 tł.10g, polędwica sopocka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jeczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g,sur. z kiszonej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarzywny 150ml	Kawa zboż.bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyc.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 półtłusty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt, mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jeczmienna 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

	bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle 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, wafle ryżowe 4szt., mix tł.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 bł 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
	przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g., mix tł.15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g., mix tł.10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jeczmienne 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.1200g, mix tł. 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 bł 30,4 g sól 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
bł – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie 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, sopocka, szynkowa, smażony schabowy wp.schab duszony w sosie, biszkopty
Seler- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopocka
Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony
Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mięsny
Jajo-jajo, biszkopty