

**PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 06.05.2024 r.**

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 1 szt., mix tl. 15g, warzonek ze szczyptorem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszeka 160g, duszona szklka miazg wpy. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, polewica sopočka 50g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., pomidor 30g	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 82 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 1 szt., mix tl. 10g, konserwa sardynki 50g, paszeta wpy. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszeka 160g, gotowany schab miodowy w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2337,8 kcal B 97,7 g T 82 g W 341,9 g NKT 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 95,1 g
parpłkowa	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa sardynka miodna 50g, kiełbasa krakowska miodna 50g, jabłko gotowane 1 szt., mas owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszeka 160g, gotowany schab miodowy w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), polewica sopočka 50g, miodna 50g, twaróg ziolowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 1156,5 kcal B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, jajo got. 1 szt., kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyni 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pszeka 100g, gotowany schab miodowy w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Hobana z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polewica sopočka 50g, miód owocowy 1 szt.	en 2837,8 kcal B 98,8 g T 75,8 g W 378,9 g NKT 28,3 g Bt 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa sardynka miodna 50g, kiełbasa krakowska 50g, jabłko gotowane 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyni 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszeka 160 g, gotowany schab miodowy w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polewica sopočka 50g, miodna 50g, twaróg ziolowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2187,8 kcal B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKT 26,6 g Bt 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 250ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miód 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 4,8 g cukry 97,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., marchewka 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyni 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszeka 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, polewica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	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
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynka 50g, paszeta wpy. 50g, ogórek 70g, liść salaty (cukrz. b/ś jajo 1 szt.).	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszeka 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 70g, papryka 50g	

<b>wętrobową</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., ciabek zw. 60g, konserwa suwalska 50g, paszlet wp-50g, mas owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerny bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., polewka sopočka 50g, masło orzechowe 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 84,2 g W 342,4 g NK 30,2 g B 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza jęczmienna na mleku rokitnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, mała pszenna 1 szt., ciabek zw. 60g, jajo 1 sztuka, herbata krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerny bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż./z mlekem 2% 200ml, ciabek zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., polewka sopočka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 1256,5 kcal, B 61,4 g T 48 g W 185,5 g NK 12,9 g B 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, ciabek bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt, schab wp-50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerny 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl. 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 NK 25,1 g B 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
<b>przy miedokwistościach</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa ciekim 200ml, ciabek zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, paszlet wp-50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	ciabek razowy 80g, mix tl. 10g ser 20ty 50g, kisiel smący	Barszcz czerny 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 mlekem 2% 200ml, ciabek zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polewka sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i sery lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,9 g T 83,9 g W 342,4 g NK 32,6 g B 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

Bt – Błonnik

sól – sól

cukry - cukry

**Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II**

**Mleko (część z laktozy) –** kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlekem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serrek topiony, twarożek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, paszlet wp.

**Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak , pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowskaspaszlet wp., konserwa suwalska, blok mielony, sznibel mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ziolowy- ogrodowy, suwalska**

**Seler- barszcz czerny, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, paszlet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziolowy, suwalska,**

**Sója i produkty pochodne –**wałki ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polewka sopočka, blok mielony, „sos ogrodowy - ziolowy, suwalska

**Gotowca- konserwa suwalska, polewka sopočka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszlet wp.**

**Jajo- jajo got.**

**WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 07.05.2024 r.**

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 1 szt., mix tł. 15g, szyńska 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 makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulą 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2365,3 Kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,5 g bl 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, pieczeń rybną 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwałki 50g, twaróg 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 bl 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
papkowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pieczeń rybną 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawny (chleb zw. 90g), przysmak suwałki - mielony 50g	en 2317,6 Kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g bl 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szyńska / pieśń buraczka 30g, szyńska konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 10g, serrek homogenizowany 1 szt	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt	Herbatka 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 bl 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
wzrostowa	Jak papkowa	Chrupki kukurydziane 10g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwałki mielony 50g, twaróg żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2369,6 Kcal, B 90,4 g T 79,7 g W 320,5 g NKT 29,2 g bl 27,6 g sól 5,4 g cukry 88,4 g
miskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajko 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg żółtawy 70 g, siałab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2026,6 Kcal, B 88,3 g T 66,7 g W 300,5 g NKT 26,2 g bl 27,5 g sól 4,5 g cukry 83,4 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieśnią kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2356,5 Kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g bl 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g

<b>cukrzykowa</b>	kawab/cukru200, chleb razowy100 mix, d.10, pieczeni ryżmiska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie mlecznym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, surz z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix d.10g, przysmak suwalski 50g, twarożek zielony 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2419,6 kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 325,5 g NKT 31,2 g Bj 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
<b>wątrobowa</b>	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeni ryżmiska 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 zielony 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2212,6 kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 26,5 g Bj 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Zaciekta na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbozowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, szynka z pieści kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 10g + deser solowy 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie mlecznym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, jablko 1 szt.	Kawa zboż. 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 50g, schab gotowany 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1150,6 kcal, B 60 g T 46,5 g W 179,9 g NKT 12,1 g Bj 12,1 g sól 2,2 g cukry 41,4 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix d. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 15g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix d.10g, twarożek zielony 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2000,6 kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g Bj 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g
<b>przy niedokrwistości</b>	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa,z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.90g, mix d. 15g, pieczeni ryżmiska 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix d. 10g, tyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, sekk wierzchowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., mix d.15g, przysmak suwalski 50g, twarożek zielony 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 Bj 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g

**Wskaz składników alergicznych w jadalności w dn. Wtorek II**

Mleko (łącznie z laktozą) – zaciekta na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek z żółtym, kefir, ser topiony, sos ogrodowy  
 Zioła zawierające gluten- zaciekta na mleku, pieczywo, krupnik, sekk z cebulka, pulpet,wp.,klawa z mlekiem, wędliny, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeni ryżmiska  
 Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeni ryżmiska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy  
 Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeni ryżmiska, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy  
 Gorczyca- wędliny: pieczeni ryżmiska, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy  
 Jaja—stekek, pulpet

en - wartość energetyczna  
 B – białko ogółem  
 T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem  
 NKT – nasyczone kwasy tłuszczowe  
 Bj – błonnik

sól – sól  
 cukry - cukry

# ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 08.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku	
<b>ogólna</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt. mix tl.10g., paszeta 50g, serderek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z młkiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g., jajko gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka białka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2566,6 kcal, B 90,8 g T 99,6 g W 323,1 g NKT 35,8 g bł 31 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
<b>lekkostrawna</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl.10g., 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
<b>paplkowata</b>	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), paszeta 50g, polewka drożdżowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl.10g., ser biały półtłusty 70g, szynka białka 50g, jabłko gotowane 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 4,8 g cukry 53,9 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszeta 30g, polewka drożdżowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., 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 2345,3 kcal, B 105,4 g T 75,2 g W 319,9 g NKT 29,2 g bł 26,4 g sól 5,3 g cukry 107,8 g
<b>wzrostowa</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g., paszeta 50g, polewka drożdżowa mielona 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Herbatniki 25g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl.10g., ser biały półtłusty 70g, szynka białka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2065,3 kcal, B 104,3 g T 67,1 g W 295,7 g NKT 26,1 g bł 26,3 g sól 4,5 g cukry 95,5 g
<b>niskosodowa</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl.10g., ser biały półtłusty 70g, szynka białka 50g, jabłko gotowane 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
<b>dzieci starsze</b>	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt. masło (82%) 15g., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt. 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

<b>cukrzycowa</b>	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl 10g, pasztet 50g, polećwica drobiowa 50g, liść salny, ogórek 70g, cukrzyc bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, Krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszzonej 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 białtrnika 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 26,5 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
<b>wątrobowa</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., pasztet 50g, polećwica drobiowa 50g, liść salny, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 200ml, makaron z serem i przazonymi jabłkami 1 60g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, ser biały półtusty 70g, szynka białtrnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 28,1 g bl 26,5 g sól 5,1 g cukry 96,5 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, krakowska 50g, polećwica drobiowa 50g, liść salny, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Chrupki kultury/dziane 16g, mus owocowy 1 szt.	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, sur z marchewki 120g/ dzici banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., jajo got 1 szt., szynka białtrnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 1257,5 kcal, B 61,1 g T 40,3 g W 179,2 g NKT 11,4 g bl 15,1 g sól 3,3 g cukry 53,7 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść salny, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Waflle ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, sur z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtusty 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 bl 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, pasztet 50g, polećwica drobiowa 50g, liść salny, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, kurczak got 60g, ogórek 70g	Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, szynka białtrnika 50g, jajo gotowane 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bl 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
- bl – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl, kawa z makiem, budyn, ser biały półtusty, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polećwica drobiowa  
 Zboża zawierające gluten – pieczywo, kawa inka z makiem, herbata/ki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polećwica drobiowa, szynka białtrnika  
 Seiler- zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polećwica drobiowa, szynka białtrnika  
 Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polećwica drobiowa, szynka białtrnika  
 Gorczyca- wędliny: pasztet, krakowska, serdelek, polećwica drobiowa, szynka białtrnika  
 Jajo – jajo got 1 szt., babka ziemniaczana,

# CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 09.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 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 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 1 szt., mix tl. 15g, twarógzek z cebulą i szczyptorkiem 70g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2556,7 kcal, B 102,5 g T 83,8 g W 332,5 g NKT 30,6 g bj 25,8 g sól 8 g cukry 96,7 g
<b>lekkostrawna</b>	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serdelek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap kępińskiej z marchewką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twarógzek z ziolami 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bj 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
<b>papkowata</b>	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twarógzek ziolowy 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bj 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1 szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopcy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatnik 25g, serdek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z piersi kurczaka 30g, twarógzek z ziolami 30g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2409,3 kcal, B 107,1 g T 77,5 g W 309,6 g NKT 27,5 g bj 25,5 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
<b>wrzodowa</b>	Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowarzywny 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, szynka z piersi kurczaka mielona 50g, twarógzek ziolowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2100,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 300,5 g NKT 24,2 g bj 27,5 g sól 4,3 g cukry 91,4 g
<b>miskosodowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twarógzek ziolowy bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bj 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
<b>dzieci starsze</b>	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopcy 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap kępińskiej z marchewką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatnik 25g, serdek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, twarógzek ziolowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bj 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g

<b>cukrzykowa</b>	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzy 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-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twaróg ziołowy 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
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., twaróg ziołowy 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 310,5 g NKT 27,4 g Bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku roslinym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, soppoka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, mus owocowy 1 szt., kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, deser jogowy 1 szt.	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1210,5 kcal B 62,1 g T 48 g W 186,6 g NKT 12,2 g Bł 13,2 g sól 3,7 g cukry 50 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4 szt, mix tl 10g, twaróg ziołowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 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
<b>przy niedokrwistościach</b>	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 goto, 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza pszczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, twaróg ziołowy 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, mandarynka 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 – nasyczone kwasy tłuszczowe
- Bł – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

**Wykaz składników alekarmywnych w Jadlospisie w dn. Czwartek II**

Mleko (łącznie z laktazą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska, twaróg ziołowy, kefir, herbatniki, serrek homogenizowany  
 Zboża zawierające gluten– kasza manna na mleku, pieczywo, wątrołka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa suwalska, szynka z pierś kurczaka, szynkowa  
 z pierś kurczaka, biskopki  
 Seier- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierś kurczaka  
 wałki ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z pierś kurczaka, szynkowa  
 Jajka – jajo gotowane 1 szt., biskopki  
 Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierś kurczaka



# PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 10.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszką 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur. z kapuśy biały 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 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jablko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g Bj 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 1 szt, mix tł. 15g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 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 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z uńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g Bj 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
papkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, pasta z jaja z masłem 50g, ser biały 70g, dżem 1 szt., pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawne (chleb zw. 90g)	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g Bj 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 1 szt., masło (82%), jajo gotowane 1 szt., ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruszką 1 szt.	Galaretka owocowa 150g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%), serek waniliowy 1 szt., ser żółty 30g, jablko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 2266,9 kcal, B 99,6 g T 73,5 g W 307,1 g NKT 26,2 g Bj 29,4 g sól 5,3 g cukry 100,2 g
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 10g, jajo gotowane miodem 1 szt., dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/śm 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, filec z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2156,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 299,7,1 g NKT 26,1 g Bj 29,3 g sól 5 g cukry 96,6 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2640,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g Bj 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszką 1 szt.	Galaretka owocowa 200g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur. z kapuśy biały 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biskopki 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2640,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g Bj 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g

<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbox bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogorek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa, bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, surz z kapuszy biały 120g, surz z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zbox bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z ziolami 70g, lisc salaty, salatka ryzowa z tuncezykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g bj 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
<b>wątrobowa</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, bialka z 2 jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez sm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbox z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twarozek z ziolami 70g, miód 1 szt, lisc salaty, salatka ryzowa z tuncezykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,3 g W 304 g NKT 25,1 g bj 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., maslko orzechowe 50g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml, jablko 1 szt.	Pomidorowa bez smie 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zbox 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, hummus 50g, miód 1 szt, lisc salaty, deser sojowy 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 1298,5 kcal, B 64,3 g T 49,1 g W 192 g NKT 13,1 g bj 16 g sól 4,2 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz 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	Wafle ryzowe 2szt., mas owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wafle ryzowe 4szt., mix tl 10g, twarozek z ziolami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, lisc salaty, jablko 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 bj 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1szt, dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruska 1 szt., pomidor 70g	chlebrazowy 60g, mix tl10g, ser biały 50g, ogorek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbox z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, twarozek z ziolami 70g, miód 1 szt, lisc salaty, salatka ryzowa z tuncezykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,5 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g bj 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g

**Uznaczenia wskaźników غذawywczyn:**

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

**Wskaz składników alergicznych w Jaldossisje Piatek II**

- Mleko (szczególnie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze smietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa z mlekiem, ser biały półtusty, jogurt naturalny, serak waniliowy, ser żółty
- Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbozowa z mlekiem, biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty
- Seler- zupa pomidorowa, hummus
- Jajka- jajo got., dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, salatka ryzowa z tuncezykiem
- Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, surz z marchewki, surz z marchewki i ogorka
- Soja i produkty pochodne- wafle ryzowe, seras sojowy, hummus
- Grzyby- surz z białej kapusty, hummus
- Sesam- hummus

# SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 11.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, paszeta wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińiak 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, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuśni pęksinińskiej z sosem winegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,3g NKT 27,4 g bł 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, paszeta wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salati		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśni pęksinińskiej 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 suwałska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,8kcal, 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
<b>papkowata</b>	Kasza manna na mleku 2%, mix tl. 10g, chleb zw. 90g, paszeta wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salati		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, konserwa suwałska mielona 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 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
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, 10g, paszeta 30g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcza 100g	en 2300,4 kcal, B 89,1 g T 74,3 g W 323,9 g NKT 27 g bł 28,4 g sól 7,4 g cukry 93,3 g
<b>wirzodowa</b>	Kasza manna na mleku 2%, mix tl. 10g, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszeta wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salati	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwałska mielona 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2005,6kcal, B 89,1 g T 74,3 g W 300,4 g NKT 25,3 g bł 26,2 g sól 4,5 g cukry 87,3 g
<b>niskosodowa</b>	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuśni pęksinińskiej 120g, miz warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść salaty, 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
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, paszeta wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusińiak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuśni pęksinińskiej 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, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść salaty, 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

<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, pasztec wp, 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapsuśniak 300ml, pecczak 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 wielowarzynny 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa suwalska 50g, cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, liść salaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g Bj 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
<b>wątrbowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztec wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 300ml, pecczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mms owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwalska 50g liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 63,3 g W 306,4 g NKT 27 g Bj 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku rozłożonym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 300ml, pecczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mms owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż, z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, szynka z p kurczaka 50g, liść salaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1046,6 kcal, B 63,3 g T 47,2 g W 196,6 g NKT 12,5 g Bj 12 g sól 3,4 g cukry 88,5 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtusty 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajo got. 1 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
<b>przy niedoekwistościach</b>	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw 90, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztec wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salat	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pecczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml	Kawa zboż z młkiem 2% 1 cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388 kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g Bj 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 g	

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

**Wykaz składników alergennych: w Jaldospisie Sobota II**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix ri, masło 82%, kawa zbożowa z młkiem, ser biały półtusty, kefir 1 szt, pasztec wp.

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanika płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z młkiem, pasztec wp, szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym  
Seler- zupa chłopska, kapuśniak, konserwa suwalska, pasztec wp, szynka konserwowa  
Sója i produkty pochodne – wafile ryżowe, konserwa suwalska, pasztec wp, szynka konserwowa, deser sojowy  
Gorczyca- konserwa suwalska, pasztec wp, szynka konserwowa, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka  
Jajo- jajo gotowane  
Orzechy- masło orzechowe

# NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 12.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kawałek schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 2418,7 kcal, B 104,6 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
<b>lekkostrawna</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90, mix tl 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
<b>papkowata</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, dżem 1 szt., polędwica sopocka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2443,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 332,2 g NKT 28,1 g Bł 31,2 g sól 5 g cukry 94,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	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.	walce 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	biszkopty 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	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
<b>wrzodowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, pol. sopocka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biszkopty 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2503 kcal, B 113,1 g T 73,5 g W 352 g NKT 28,2 g Bł 31,5 g sól 5,1 g cukry 98,6 g
<b>miskosodowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, igio got 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2263 kcal, B 112 g T 62,4 g W 298,6 g NKT 25,4 g Bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 88,6 g
<b>dzieci starsze</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	walce 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	biszkopty 30 g, serrek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 120, mix tl 15 g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g Bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g

<b>cukrzykowa</b>	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, polewica soppoca 50g, ser biały półtłusty 50g, liść salaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszonią kapuszy 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	soł wielonarzynowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzycz bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść salaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g Bh 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
<b>wątrobowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtłusty 50g, polewica soppoca 50g, dzem 1 szt, mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g Bh 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polewica soppoca 50g, hummus 50g, jablko 1 szt., dzem 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 150ml, ciupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, deser sojowy 1 szt.	Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml, szynka z pierś kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g	en 1023,9 kcal, B 65 g T 38,9 g W 189,3 g NKT 13,1 g Bh 14,6 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
<b>bezglutenowa</b>	Riz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab gotowany 50g, jajo 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 Bh 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tł. 13g, ser żółty 50g, polewica soppoca 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 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 Bh 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

Bh – błonnik

sól – sól

cukry – cukry

**Wykaz składników alergenydch. w jadłospisie w dn. Niedziela II**

Mleko (jęczmie z laktozy) – 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, herbata, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, soppoca, szynkowa, smazony schabowy wp. schab duszony w sosie, biszkopty

Seler – krupnik, grochówka, wędliny: blok mielony, krakowska, soppoca

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

Gotowca – wędliny: krakowska, blok mielony

Jajo-jajo, biszkopty

Sezam – hummus