

# PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 13.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kawa jezuiterna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warstek ze szczyptką 70g, kiełbasa kabanoska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona szklka mięsa wip. w sosie czirzarnym 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. 10g, polędwica sopočka 50g, sosok 50g, serok topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miod 1 szt.	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NK 32,1 g Bj 31,9 g sól 5,8 g cukry 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jezuiterna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warstek ze szczyptką 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, warstok ziolowy w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miod 1 szt.	en 2401,8 kcal, B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NK 31,6 g Bj 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jezuiterna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., maslo (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa kabanoska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gryska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śniadana 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, maslo (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NK 12,2 g Bj 14,6 g sól 2,9 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Kasza jezuiterna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., kabanoska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gryska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany scharb 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, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NK 26,2 g Bj 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, kasnerwa suwańska 50g, pszazel wip. 50g, ogórek 70g, liść sałaty (cukrzy b/s jajo 1 szt.)	Kahiora gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śniadana 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wiolowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, warstok ziolowy (cukrzy bez soli-jajo got. 1 szt., warstok ziolowy), sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziolowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NK 27,7 g Bj 35,2 g sól 5,5 g cukry 56,1 g
wątrobowa	Kasza jezuiterna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, kasnerwa suwańska 50g, pszazel wip. 50g, mix owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śniadana 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopočka 50g, mielona 50g, warstok ziolowy 50g, dzem 1 szt., miod 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 84,2 g W 342,4 g NK 30,2 g Bj 30,9 g sól 5,8 g cukry 98,1 g

						en 2125,5 Kcal. B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
	bezglutenowa	Kasza jęczmienna 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix II 10g, jajko gotowane 1 szt., scharb WP 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mnisz owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czernony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany scharb 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix II 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.
	przy niedobrych wrażliwościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z dodatkami 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszena 1szt., mix II 15g, konserwa sursaliska 50g, pasztet WP 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix II 10g ser żółty 50g, listy sałaty	Barszcz czernony ze śmietaną 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszena 1szt., mix II 15g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziółowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziółowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.
	<b>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</b> en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - masowe kwasy tłuszczowe Bt - błonnik sól - sól cukry - cukry					en 2211,8 Kcal. B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g Bt 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

#### Wykaz składników alergeny w dan. Produktach II

**Mleko** (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z makiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serok topiony, twaróg ziółowy, jogurt owocowy, sos ziółowy - ogrodowy, pasztet WP.  
**Zboża zawierające gluten:** kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna na pszce, , pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska pasztet WP, konserwa sursaliska, blok mielony, szklka mięsa w sosie chrzanowym, scharb w sosie koperkowym, koparkowy, kawa zbożowa, sos ziółowy - ogrodowy, sursaliska

**Seler:** barszcz czernony, wędliny - konserwa sursaliska, blok mielony, pasztet WP, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziółowy, sursaliska.

**Soja i produkty pochodne:** waflle ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa sursaliska, polędwica sopočka, blok mielony, sos ogrodowy - ziółowy, sursaliska.

**Gotczyca:** konserwa sursaliska, polędwica sopočka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet WP.

Jajka - jajko got.

# WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 14.01.2025

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 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulą 70g, sur. coliślaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 Kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g Bj 28,9g 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 rybną 50g, sardynka 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 zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg żółty 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 Bj 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, sardynka z piersi karczaka 30g, sardynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1356,5 Kcal, B 63,6 g T 48,5 g W 188,5 g NKT 13,4 g Bj 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, sardynka z piersi karczaka 50g, sardynka 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2366,5 Kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g Bj 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g
cukrzykowa	kawa/cukru 200, chleb razowy 100 mix, tł. 10, pieczeń rybną 50g, sardynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, żytnia 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur. marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg żółty 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
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeń rybną 50g, sardynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański miódny 50g, twaróg żółty 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2212,6 Kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g Bj 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z karczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twaróg żółty 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2000,6 Kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g Bj 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

<p><b>przy niedokrwistości</b></p>	<p>Zacięta na mleku 2% 250ml kawa zbożowa z cukiern 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb 60g, mix tl 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść salaty</p>	<p>razowy 80g, mix tl 10g, tyrolska 60 g</p>	<p>Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, twarożek zielony 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt</p>	<p>en 2417,6 kcal, B 92,3 g T 80,9 g W 321,5 g NKT 30,2 g Bj 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g</p>
<p>Oznaczenia wartości odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bj – białnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergicznych w Jadalniście w dn. Wtorek II</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekem, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek zielony, kefir, ser topiony, sos ogrodowy</p> <p>Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet, wp, kawa z mlekem, wędliny, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, Krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, Krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, Krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Gośćczyca- wędliny: pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, Krakowska, sos ogrodowy</p> <p>Jaja – stek, pulpet</p>					



# ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 15.01.2025

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 tl.15g., paszeta 50g, serfilek 1 szt., zółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, mądrynka 1 szt.		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszanej kapuśy 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1szt, szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2467,1 kcal. B 93,9 g T 97,8 g W 56,1 g NKt 35,5 g bl 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal. B 105,3 g T 75,1 g W 50,9 g NKt 29,1 g bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszeta 30g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1szt masło (82%)10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal. B 63,6 g T 48,8 g W 18,7 g NKt 13,5 g bl 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, paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2453,3 kcal. B 107,4 g T 76,2 g W 32,9 g NKt 29,5 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl.10g, paszeta 50g, polewka drożdżowa 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 kiszanej kapuśy 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal. B 106,3 g T 74,1 g W 29,9 g NKt 28,1 g bl 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., paszeta 50g, polewka drożdżowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal. B 105,3 g T 65,1 g W 28,1 g NKt 29 g bl 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść salaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt.</p>	<p>Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki 120g, kompot 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2055,3 kcal. B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g Bł 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,2 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt mix tl. 15g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g</p>	<p>Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i przemytymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, szynka bartenka 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2654,7 kcal. B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g Bł 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g</p>	
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</p> <p>en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Bł - białko sól - sól cukry - cukry</p> <p><u>Wskaz składników alergicznych: w. Jelitopisnie w. dn. Środa II</u></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z makiem, budyni, ser biały półtłusty, pasztec, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa Zboża zawierające gluten – pieczywo, kawa lnka z makiem, herbatniki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka, zupa z soczewicy Seler- zupa ryżowa, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka, zupa z soczewicy Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka Gorczyca- wędliny: pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka Jajo – jajo got. 1 szt., babka ziemniaczana.</p>						

# CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 16.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywczą i kaloryczną posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt., szynka 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warochka drożdżowa duszona z cebulką i karmelizowanymi jabłkami 100g, surówka z ogórkowej kapuśy 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg z cebulą i szczyptojabłkiem 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2549,3 kcal, B 101,3 g T 82,0 g W 334,7 g NKT 30,6 g 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 tl. 10g, sercelek 1szt, szynka 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 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 tl. 10g, twaróg z zieleni 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g 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, szynka 30g, sopočka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, twaróg z zieleni 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g Bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
dzieci starsze	Kasza manna na 2%/300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%/15g, szynka 50g, sopočka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, twaróg zielony 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
cukrzykowa	Kasza zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, szynka 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyw bez soli – jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twaróg zielony 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,6 g NKT 27,4 g Bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., sercelek 1szt., szynka 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twaróg zielony bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	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
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	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, wałki ryżowe 4szt, mix tl. 10g, twaróg zielony 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

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajko got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ml, kasza pszczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pęksinkiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, twarożek ziolowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salony</p>	<p>en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g Bt 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bt – białnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych w lądospisie w dn. Czwartek II</b> Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska, twarożek ziolowy, kefir, herbatniki, serrek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, białk mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka, biszkopiy Seler-rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopiy Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka</p>					



# PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 17.01.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna 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, jajko gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 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 1 szt., 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 Bt 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. 10g, jajko gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKt 26,1 g Bt 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 1 szt., masło (82%), jajko gotowane 1 szt., ser biały 30g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galerka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek waniliowy 1 szt., ser żółty 30g, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKt 14,4 g Bt 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 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galerka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 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 1 szt., mix tł. 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKt 37,9 g Bt 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur. z kapusty białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy bic 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKt 29,1 g Bt 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, bułka z 2 jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 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 zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKt 25,1 g Bt 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,7 g NKt 26,2 g Bt 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl. gruszką 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g, ser biały 50g, ogórek 70g</p>	<p>Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tl. 15g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g</p>	<p>en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g bj 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g</p>
<p><b>Znaczenia wskaźników odżywczych:</b>  en - wartość energetyczna  B - białko ogółem  T - tłuszcz  W - węglowodany ogółem  NKT - nasycone kwasy tłuszczowe  bj - błonnik  sól - sól  cukry - cukry</p> <p><b>Wskaz składników alergicznych w jadospisie Piatek II</b>  Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty  Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty  Selir- zupa pomidorowa, hurnius  Jajka- jajo got., dorsz smażony, jajecz. ryżowy w sosie koperkowym, biszkopty  Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tuńczykiem  Soja i produkty pochodne- waflle ryżowe</p>						

# SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 18.01.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, paszlet vp. 70g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Kapsułek 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuśt 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 Bt 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, paszlet vp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salat		Zupa chlopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśt pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwałska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g Bt 21,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., masło 82% 10g, paszlet 30g, szynka konserwowa 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbozowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chlopska 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 pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g Bt 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , paszlet vp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapsułek 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuśt pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z 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 Bt 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
cukrzykowa	Kawa zbozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, paszlet vp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapsułek 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuśt pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzywny 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, konserwa suwałska 50g, cukrzyk 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 Bt 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, paszlet vp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chlopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa suwałska 50g liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g Bt 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, serniak gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kureczce gotowane 90g, sur: z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g bj 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
<b>przy niedobrowistościach</b>	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztecik wp., szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chlopska 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 1 szt., mix tł. 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6 kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8 g 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 – węgielowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

**Wykaz składników alergicznych w „Jadłospisie Sobota II”**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chlopska, kawa zbożowa z mlekiem, pasztecik wp., szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler – zupa chlopska, kapuśniak, konserwa suwalska, pasztecik wp., szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, konserwa suwalska, pasztecik wp., szynka konserwowa, deser solowy

Goździczka – konserwa suwalska, pasztecik wp., szynka konserwowa, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

Jajo - jajo gotowane

Orzechy - masło orzechowe



# NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 19.01.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser żółty 50g, polećwica sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2416,7 kcal, B 104,3 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g Bł 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,0 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 50, polećwica sopočka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%/10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polećwica sopočka 30g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 25g, serek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g Bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polećwica sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 30 g, serek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tl. 15 g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g Bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
cukrzykowa	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polećwica sopočka 50g, ser biały półkilog 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszanej kapuśy 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukry 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 zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półkilog 50g, polećwica sopočka 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 mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g Bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Rz z mąki 2%, 250ml, herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, ziem 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>Sok owocowy 200ml</p>	<p>Zemnieczana 300ml, ziemniaki 200g, schab w.p. gotowany 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml</p>	<p>Keifir 150ml</p>	<p>Herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bt 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Makaron na młku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, schab zw. 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, ziem 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, kurczak 50g, pomidor 50g</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza jęczmieńna 200g, duszony schab w.p. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml</p>	<p>Kawa zboż z młkiem 2%, 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>en 2511,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g Bt 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g</p>	

**Oznaczenia wskaźników odżywczych:**

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

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

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na młku, krupnik, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z młkiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, sopočka, szynkowa, smazony schabowy wp schab duszony w sosie, biskopiy

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

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

Gorzecza- wędliny: krakowska, blok młsny

Jajo-jajo, biskopiy