

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 11.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmieńna na mleku 2%250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, twaróg ze szczyporkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszoną ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, dziozma szlachy młwa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15, polędwica sopočka 50g, serceś topiony 2 szt., sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2337,8 kcal, B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKt 31,6 g B 50,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
lekkostrawna	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, konserwa sardynki 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal, B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKt 31,6 g B 50,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa sardynki mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2337,8 kcal, B 97 g T 75,4 g W 332,9 g NKt 27,9 g B 28,8 g sól 5,3 g cukry 95,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150 ml, gruszka 1 szt.	Barzcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, liść salaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,8 g T 47,5 g W 161,5 g NKt 12,2 g B 14,5 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
wzrostowa	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, konserwa sardynki mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150ml	Barzcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160 g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2537,8 kcal, B 98,8 g T 75,8 g W 339,9 g NKt 28,5 g B 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
mlekosodowa	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, ser biały polski 70g, gotowany kurczak 1 szt, sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2187,8 kcal, B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKt 26,6 g B 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo got. 1 szt., kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 250ml, gruszka 1 szt.	Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKt 28,2 g B 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
kultrycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa sardynki 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, liść salaty (kisz białej i czarnej) 50g, jajo 1 szt.	Kalining gotowany 100g	Barzcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy (cukrowy bez soli-jajo got. 1 szt., twaróg ziołowy), sur. z ogórka i salaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKt 27,7 g B 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g

wątrbowowa	Kawa, jęczmień na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwińska 50g, pasztet wp 50g, maso owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%,200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NK1 30,2 g BI 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmień na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, japo 1 serka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, chrupki kukurydżane 16g	Kawa zboż, 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 1256,5 kcal, B 61,4 g T 48 g W 185,5 g NK1 12,9 g BI 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, soki wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały podłuski 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NK1 25,1 g BI 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmień na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, konserwa suwińska 50g, pasztet wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mink tl, 10g ser żółty 50g, lise salaty	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur, z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 100ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, polędwica sopocka 50g, twaróg żółty 50g, sur, z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 347,4 g NK1 32,6 g BI 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NK1 – nasycone kwasy tłuszczowe

BI – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (iżenie z laktacją) – kasza jęczmieńna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż z mlekem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serrek topiony, twaróg żółty, jogurt owocowy, sos ziołowy - ogrodowy, pasztet wp, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmieńna na mleku, kasza jęczmieńna na mleku, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska, pasztet wp, konserwa suwińska, sos koperkowy, kawa zbożowa, sos ziołowy- ogrodowy, suwińska

Seler- barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwińska, blok mielony, pasztet wp, kiełbasa krakowska, blok mielony, sztuśka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwińska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy - ziołowy, suwińska

Gotczyca- konserwa suwińska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp, Jaja- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 12.03.2024 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 tl. 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 tl. 15g, szynkowa 50g, twarożek z cebulą 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g Bj 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tl. 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, twarożek 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 Bj 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
papkowata	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, pieczeń rybną 50g, szynka konserwowa mielona 50g, liść sałaty, melon 100g		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), przysmak suwański - mielony 50g	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, szynka z pieści kurczaka 50g, szynka 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 189,5 g NKT 13,4 g Bj 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
wrzodowa	Jak papkowata	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwański mielony 50g, twarożek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2399,6 kcal, B 90,4 g T 79,7 g W 320,5 g NKT 29,2 g Bj 27,6 g sól 5,4 g cukry 88,4 g
niskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarożek żółtawy 70 g, serek gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2026,6 kcal, B 88,3 g T 66,7 g W 300,5 g NKT 28,2 g Bj 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 1szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieści 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, marchewka 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 2356,5 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/cukru200, chleb razowy 100 mix, t 10, pieczeń ryńska 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, żytośka 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 zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix t 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziółowy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2419,6 kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 323,5 g NKT 31,2 g Bj 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeń ryńska 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 suwański mielony 50g, twaróg ziółowy 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
dzieci bezmleczna	Zaciekta na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, szynka z pieści kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 16g + deser sojowy 1 szt	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, jabłko 1 szt	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 50g, schab gotowany 50g, gruszką 1 szt., pomidor 50g	en 1150,6 kcal, B 60,9 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
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix t 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczka 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix t 10g, twaróg ziółowy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt		en 2000,6 kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 287,5 g NKT 28 g Bj 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g
przy niedokrwistości	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 90g, mix t 15g, pieczeń ryńska 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix t 10g, żytośka 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml	Kawa 200ml, wafile ryżowe 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix t 15g, przysmak suwański 50g, twaróg ziółowy 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

Wykaz składników alergicznych w Jadalni w dn. Wtorek II
 Mleko (łącznie z laktozą) – zaciekta na mleku, mix t 10, mało 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twaróg ziółowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy
 Zboża zawierające gluten – zaciekta na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet, kawa z mlekiem, wędliny, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń ryńska
 Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryńska, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
 Gorczyca – wędliny, pieczeń ryńska, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
 Jaja – stek, pulpet

en - wartość energetyczna
 B – białko ogółem
 T – tłuszcz
 W – węglowodany ogółem
 NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
 Bj – bionnik
 sól – sól
 cukry - cukry

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 13.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.15g, paszlet 50g, serdek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surowka z kiszanej kapusty 150g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka barmika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2566,6 kcal. B 90,8 g T 99,6 g W 22,1 g NKT 35,8 g bi 31 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g, paszlet 50g, polewka drobiowa 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika 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 bi 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
papierkowa	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), paszlet 50g, polewka drobiowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal. B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bi 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszlet 30g, polewka drobiowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 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 barmika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal. B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bi 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
wizytowa	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g, paszlet 50g, polewka drobiowa 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 1 50ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw.60g, mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2345,3 kcal. B 105,4 g T 75,2 g W 219,9 g NKT 29,2 g bi 26,4 g sól 5,3 g cukry 107,9 g
miskosodowa	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl.10g, pasta z gotowanego kurczaka 50 g, jajo gotowane 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2065,3 kcal. B 104,3 g T 67,1 g W 295,7 g NKT 26,1 g bi 26,3 g sól 4,5 g cukry 95,5 g
dzieci starsze	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, paszlet 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal. B 107,4 g T 76,2 g W 322,0 g NKT 29,5 g bi 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g

cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, pasztec 50g, polewica drobiowa 50g, liść salaty, ogórek 70g, cukrzy 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	wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka białka 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bł 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasztec 50g, polewica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 50g, jablo gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bł 26 g sól 5 g cukry 96,5 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, krakowska 50g, polewica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Chrupki kukurydziane 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/ dzieci banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo got. 1 szt., szynka białka 50g, jablo 1 szt., pomidor 70g	en 1257,5 kcal, B 61,1 g T 40,3 g W 179,5 g NKT 11,4 g bł 15,1 g sól 3,3 g cukry 53,7 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile 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, wafile ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jablo 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal, B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bł 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasztec 50g, polewica drobiowa 50g, liść salaty, 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 mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka białka 50g, jajo gotowane 1 szt., jablo 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bł 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g

Znaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergennych, w Jadalni w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekem, budyn, ser biały półtłusty, pasztec, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polewica drobiowa
Zboża zawierające gluten – pieczywo, kawa inka z mlekem, herbatniki, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., kompot owocowy 200ml
Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, polewica drobiowa, szynka białka
Gorczyca- wędliny: pasztec, krakowska, serdelek, polewica drobiowa, szynka białka
Jajo – jajo got. 1 szt., babka ziemniaczana,

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 14.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, kebabas siwańska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warzywna drobna duszona z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, sirtówka z czerwonej kapsusy 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z cukrem i mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, twaróg z cebulą i szczypiorkiem 70g, szynka z pierś 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 Bt 25,8 g sól 8 g cukry 96,7 g
lekkostrawna	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, serdelek 1szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 50g, szynka z pierś 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 Bt 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg ziołowy 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2387,3 kcal, B 104 g T 75,4 g W 300,6 g NKT 27,2 g Bt 25,1 g sól 5,1 g cukry 89,4 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopity 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twaróg z zieleni 30g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g Bt 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
wrzodowa	Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, szynka z pierś kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2409,3 kcal, B 107,1 g T 77,5 g W 309,6 g NKT 27,5 g Bt 25,5 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2100,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 300,5 g NKT 24,2 g Bt 27,5 g sól 4,3 g cukry 91,4 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopity 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kaliafor na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 257,3 kcal, B 106,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g Bt 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g

cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyce bez soli – jajo gogo, 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 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 tł. 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z pierśi 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 Bt 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twaróg ziołowy bez soli 50g, 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 Bt 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, sopočka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 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 sojowy 1 szt.	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi 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 Bt 13,2 g sól 3,7 g cukry 50 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbatna 200ml, wałki ryżowe 4szt, mix tł. 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 Bt 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., dzem 1 szt., papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 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 mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, twaróg ziołowy 50g, szynka z pierśi 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 Bt 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
 - B – Białko ogółem
 - T – tłuszcz
 - W – węglowodany ogółem
 - NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
 - Bt – błonnik
 - sól – sól
 - cukry - cukry
- Wykaz składników alergennych w d. Ciężarek II**
- Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł, masło 82%, kawa z mlekem, serdelek, kiełbasa suwalska, twaróg ziołowy, kefir, herbatniki, serrek homogenizowany
- Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątroбка duszona, kawa zbożowa z mlekem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka, biszkopty
- Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka
- Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa
- Jajka - jajo gotowane 1 szt., biszkopty
- Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 15.03.2024 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 tl 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 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 mlekien 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jablko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 83,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g bł 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, 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 mlekien 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
papierkowa	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 lekkostrawna (chleb zw. 90g)	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g bł 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 150g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, 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 1szt., ser żółty 30g, jablko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g bł 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajo gotowane mielone 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 mlekien 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2266,9 kcal, B 99,6 g T 73,5 g W 307,1 g NKT 26,2 g bł 29,4 g sól 5,3 g cukry 100,2 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekien 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twarożek z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2156,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 299,7 g NKT 26,1 g bł 29,3 g sól 5 g cukry 96,6 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 200g, jablko 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	Biskopki 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekien 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść sałaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 350,7 g NKT 37,9 g bł 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g

cukrzykowa	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 śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapuszy białej 120g, sur z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zbox bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twaróg z zieleni 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g Bt 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobową	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, białka z 2 jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbox z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g Bt 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
dzieci bezmleczna	Kawa zbożowa, 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., masło orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml, jabłko 1 szt.	Pomidorowa bez smie 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Cinnipki kukurydziane 16g	Kawa zbox 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, hummus 50g, miód 1 szt., liść 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 Bt 16 g sól 4,2 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 50g, 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	Wafile ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbat 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl. 10g, twaróg z zieleni 70g, fiol 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
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 50g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1szt, dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, 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, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g Bt 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g

Opisane wskazniki są ogólnymi

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 Jadalnym Płacie

Mleko (jecznie i laktoza) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tl. masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serk 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

Seler- zupa pomidorowa, hummus

Jajka- jajo got., dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biszkopty

Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tuńczykiem

Soja i produkty pochodne- wafile ryżowe, seras sojowy, hummus

Grzyby- sur, z białej kapusty, hummus

Sesam- hummus

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 16.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, paszlet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapusi pektńskiej z sosem vinegrete 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
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuszy pektńskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tł. 10g, chleb zw. 90g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		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 mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, konserwa suwańska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2288,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 319,9 g NKT 27 g bł 26,4 g sól 9,3 g cukry 90,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, paszlet 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wrżdodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tł. 10g, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat	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 mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2300,4 kcal, B 89,1 g T 74,3 g W 333,9 g NKT 27 g bł 28,4 g sól 7,4 g cukry 93,3 g
miskosodowa	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuszy pektńskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2005,6kcal, B 89,1 g T 64,3 g W 300,4 g NKT 25,3 g bł 26,2 g sól 4,5 g cukry 87,3 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusińnik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuszy pektńskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapusińsk 300ml, pieczak 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 wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.0g, konserwa suwińska 50g, cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, pasztet wp.50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa suwińska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślanym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, szynka z p.kurczaka 50g, liść sałaty, 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 bł 12 g sól 3,4 g cukry 88,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł.0g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1 szt., mix tł.13g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g,kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt. mix. tł.15g, konserwa suwińska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g bł 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jadalniście Sobota II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku ,mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir 1 szt, pasztet wp. Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka pylna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, pasztet wp, szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwińska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler- zupa chłopska , kapusińsk , konserwa suwińska, pasztet wp., szynka konserwowa

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

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

Jajo- jajo gotowane

Orzechy- masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 17.03.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość gdywca i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 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, 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
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, polędwica sopocka 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
papierkowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, dzem 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
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%10g, chleb zw 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopocka 30g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafe 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
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, pol sopocka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dzem 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
miskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo 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
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafe 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, polędwica sopocka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	Chrupki kukurydżane 20g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszanej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Waflę ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, jajko 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 Bj 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, ser biały półtłusty 50g, polędwica sopocka 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 makiem 2% 200ml, chleb zw 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g Bj 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, polędwica sopocka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt, dzem 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 150ml, chrupku kukurydżane 10g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Chrupki kukurydżane 16g, deser sojowy 1 szt.	Jak wątrobową, kawa zboż 200ml, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1023,9 kcal, B 65 g T 38,9 g W 189,3 g NKT 13,1 g Bj 14,6 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bj 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, krakerska 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 makiem 2% 200ml, chleb zw 1200g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g Bj 30,4 g 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

Bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Niedziela II

Mleko (głównie z laktozy) – makaron na mleku, krupnik, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serek waniliowy
Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z makiem, herbata, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopocka, szynkowa, smażony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkopty

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

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

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony

Jajo-jajo, biszkopty

Szepam- hummus