

# PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 22.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, twaróg ze szczyperkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kaszowy ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona szaliba młoda wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zher z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15, polędwica sopočka 50g, serok topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., pomidor 50g	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKT 32,1 g Bt 31,9 g sól 5,8 g cukry 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, twaróg ze szczyperkiem 70g, papryka 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany szalib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zher z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal B 97,5 g T 82,9 g W 341,9 g NKT 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw.90), konserwa sarniaska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mas owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany szalib w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw.90g), polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2337,8 kcal B 97,7 g T 75,4 g W 332,9 g NKT 27,9 g Bt 28,9 g sól 5,3 g cukry 95,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%/10g, jajo got. 1 szt., kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budni 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160 g, gotowany szalib młody w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%/10g, polędwica sopočka 50g, jajo got. 1 szt., mas owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKT 18,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
wzrostowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa sarniaska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budni 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160 g, gotowany szalib młody 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, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2537,8 kcal B 98,8 g T 75,8 g W 338,9 g NKT 26,9 g Bt 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
miskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, jajo gotowane 1 szt., szaliba gotowana 90g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zher z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser białych półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2187,8 kcal B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKT 26,9 g Bt 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna 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., mas owocowy 1 szt.	Budni 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany szalib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zher z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKT 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
kulturna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 100g, mix tl.10g, konserwa sarniaska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, liść salaty (całkz b/s jajo 1 szt.)	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany szalib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zher bez cukru 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 100g, mix tl.10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal B 94,9 g T 76,4 g W 301,9 g NKT 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g

<b>wątrobowa</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bulka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, maso owocowy 1 szt, jablko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony, bez smietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, 200ml, bulka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g, twaróg zjadowy 50g, dzem 1 szt, miód 1 szt, pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97 5 g T 64 2 g W 342,4 g NKt 30,2 g Bł 30 g sól 5,8 g cukry 98 1 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza jęczmienna na mleku odfiltrow 250 ml, kawa zbożowa200ml, bulka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, jajo 1 sztaka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony bez smietany 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 1kg	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bulka pszenna 1szt., polędwica sopočka 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 NKt 12,9 g Bł 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2%, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt, schab wp.50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl.10g, ser białki poliliny 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 Kcal, B 705,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKt 25,1 g Bł 25,2 g sól 5 1 g cukry 109,4 g
<b>przy niedobrościach</b>	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.18x90, bulka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, jablko 1 szt, ogórek 70g	chleb razowy 90g, mix tl. 10g, ser żółty 50g, kiełbasa	Barszcz czerwony ze smietaną 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%, 200ml, chleb zw. 90g, bulka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, twaróg zjadowy 50g, sur. z ogórka i sianki, łobowcy w sosie zjadowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98 5 g T 83,5 g W 342,4 g NKt 32,5 g Bł 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKt – nasycone kwasy tłuszczowe

Bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadalniście w dn. **Poniedziałek II**

Mleko (fakcznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, kawa zboż z mlekem, ser biały, ser żółty, barszcz ze smietana, budyni, serrek topiony, twarógzek zjadowy, jogurt owocowy, sos zjadowy - ogrody, pasztet wp.

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska, pasztet wp., konserwa suwalska, blok mielony, szniuka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos zjadowy- ogrody, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrody - zjadowy, suwalska,

Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopočka, blok mielony, sos ogrody - zjadowy, suwalska

Gorczyca- konserwa suwalska, polędwica sopočka, blok mielony, sos ogrody, krakowska, pasztet wp.

Jajo- jajo got.

**WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 23.04.2024 r.**

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zaferka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szyńska konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 130g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twarógzek z cebulką 70g, sur. colleslaw 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	Zaferka na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, pieczeń ryżowa 50g, szyńska konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, przysmak suwałski 50g, twarógzek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g Bj 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
paplowata	Zaferka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pieczeń z rama melona 50g, szyńska 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 suwałski - mielony 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 do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%)10g, zaferka na mleku 200ml, szyńska z pieści karczaka 50g, szyńska konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 10g, serek 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.	Herabata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	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
wrzodowa	Jak paplowata	Chrupki kukurydziane 10g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, przysmak suwałski mielony 50g, twarógzek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2026,6 kcal, B 88,3 g T 66,7 g W 300,5 g NKT 26,2 g Bj 27,5 g sól 4,5 g cukry 83,4 g
miskosodowa	Zaferka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, filet z karczaka gotowany 50g, jajko 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twarógzek ziołowy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	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 87,9 g
dzieci starsze	Zaferka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 20g, masło (82%) 15g, szyńska z pieści karczaka 50g, szyńska konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 130g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g Bj 30,6 g sól 4,9 g cukry 87,9 g

<b>ciukrzykowa</b>	kawab/cukru200g, chleb razowy 100 mix- tl. 10, pieczeń ryżmaka 50g, szynka konsernowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, twarożka 30g, papryśka 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 tl. 10g, przysmak suwański 50g, twarożek żółtawy 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 Bt 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
<b>wątrobowa</b>	Zacietka na mleku 2%, 250ml, kawa zhożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeń ryżmaka 50g, szynka konsernowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkciem 120g		Kawa zboż z młkiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański mielony 50g, twarożek żółtawy 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 Bt 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Zacietka na mleku roślinnym 50 ml, kawa zhożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, szynka z pietśi karczaka 50g, szynka konsernowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurudziane 16g + deser sojowy 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkciem 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, jabłko 1 szt.	Kawa zboż 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 50g, schab gotowany 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1150,6 kcal, B 80 g T 46,5 g W 179,9 g NKT 12,1 g Bt 12,1 g sól 2,2 g cukry 41,4 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbatka 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, fiolet z karczaka gotowany 50g, jajko 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurudziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkciem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbatka 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, twarożek żółtawy 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 Bt 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g
<b>przy niedokrwistości</b>	Zacietka na mleku 2%, 250ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 90g, mix tl. 15g, pieczeń ryżmaka 50g, szynka konsernowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tl 10g, twarog 60 g	Krupnik 20g, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkciem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, przysmak suwański 50g, twarożek żółtawy 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 Bt 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g

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

Mleko (gaczenie z laktozą) – zacietki na mleku, mix tl., maślo 82%, kawa z młkiem, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek żółtawy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy  
Zboża zawierające gluten – zacietki na mleku, pieczeńwo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp, kawa z młkiem, wędliny, szynka konsernowa, przysmak suwański, szynka konsernowa, szynkowa, karkowśka, pulpet z indyka, pieczeń ryżmaka  
Seier- wędliny: szynka konsernowa, pieczeń ryżmaka, przysmak suwański, szynka konsernowa, szynkowa, karkowśka, sos ogrodowy  
Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konsernowa, pieczeń ryżmaka, przysmak suwański, szynka konsernowa, szynkowa, karkowśka, sos ogrodowy  
Gorczyca- wędliny: pieczeń ryżmaka, szynka konsernowa, przysmak suwański, szynka konsernowa, szynkowa, karkowśka, sos ogrodowy  
Jaja – stek, pulpet

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

# ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 24.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, paszlet 50g, seradek 1 szt., dółki ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszonej kapusty 150g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekkiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1szt, szynka barminka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2566,6 kcal, B 90,8 g T 99,6 g W 323,1 g NKT 35,8 g bl 31 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
<b>lekkostrawna</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, paszlet 50g, polędwica 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 mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka 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 bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
<b>papkowata</b>	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), paszlet 50g, polędwica drobiowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka 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 bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszlet 30g, polędwica drobiowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barminka 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 bl 15,6 g sól 4,9 g cukry 53,9 g
<b>wzrostowa</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, paszlet 50g, polędwica 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 150ml	Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2345,3 kcal, B 105,4 g T 75,2 g W 319,9 g NKT 29,2 g bl 26,4 g sól 5,3 g cukry 107,8 g
<b>niskosodowa</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, 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 mlekkiem 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 bl 26,3 g sól 4,5 g cukry 95,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, paszlet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g

<b>cukrzykowa</b>	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl. 10g, pasztecik 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, Krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barynka 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 29,1 g B1 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
<b>wątrobowa</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasztecik 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i przazonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barynka 50g, jabolko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29,9 g B1 26,6 g sól 5,9 g cukry 96,5 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Platki owsiane na mleku roslinnym 300 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, krakowska 50g, polędwica 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/ dzwieki banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jajo got. 1 szt., szynka barynka 50g, jabolko 1 szt., pomidor 70g	en 1257,5 kcal, B 61,1 g T 40,3 g W 179,3 g NKT 11,4 g B1 15,1 g sól 3,3 g cukry 33,7 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle 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, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabolko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal, B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g B1 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, pasztecik 50g, polędwica 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 przazonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, szynka barynka 50g, jajo gotowane 1 szt., jabolko 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g B1 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g

**Oznaczenia wskaźników odżywczych:**

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
- B1 - błonnik
- sól - sól
- cukry - cukry

**Wskaz składowych składników w jadłospisach w dn. Środa II**

Mleko (facznie z laktozą) –płatki owsiane na mleku, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, pasztecik, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztecik, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barynka  
 Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbata, kurczak, jajo  
 Seler- zupa ryżowa, pasztecik, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barynka  
 Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, pasztecik, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barynka  
 Gorczyca- wędliny: pasztecik, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barynka  
 Jajo—jajo got. 1 szt., babka ziemniaczana,

# CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 25.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa smażona 1 szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warzyłka drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twarógzek z cebulą i szczypiotkiem 70g, szynka z pieśni kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2556,7 kcal. B 102,5 g T 83,8 g W 332,5 g NKT 30,6 g bj 25,8 g sól 8 g cukry 96,7 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200 chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz, mix tl. 10g, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 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, twarógzek z ziołami 50g, szynka z pieśni kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal. B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bj 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
<b>papkowata</b>	Jak lekkostrawna (chleb zw.90g), serdelek mielony 1sz., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twarógzek zielony 50g, szynka z pieśni 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 bj 25,1 g sól 5,1 g cukry 89,4 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, soppocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopiy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serdek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pieśni kurczaka 30g, twarógzek z ziołami 30g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1360,5 kcal. B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bj 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
<b>wrzodowa</b>	Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wiśniowozrwy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, mix tl.10g, szynka z pieśni kurczaka mielona 50g, twarógzek zielony 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 bj 25,5 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
<b>niskosodowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, jogi i sznka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka z pieśni kurczaka 50g, twarógzek zielony 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 257,73 kcal. B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bj 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%) 15g, szynkowa 50g, soppocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopiy 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 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, serdek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka z pieśni kurczaka 50g, twarógzek zielony 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 257,73 kcal. B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bj 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g

<b>cukrzykowa</b>	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzycz 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-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść salaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g Bh 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb awc 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb awc 60g, bułka pszenna 1 szt., twaróg ziołowy bez soli 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść salaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,0 g NKT 27,4 g Bh 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, sopočka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, owocowy 1 szt., kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, deser sojowy 1 szt.	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść salaty, mandarynka 100g	en 1210,5 kcal, B 62,1 g T 48 g W 186,6 g NKT 12,2 g Bh 13,2 g sól 3,7 g cukry 50 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt, mix tl 10g, twaróg ziołowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść salaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g Bh 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g
<b>przy nieodkwasiciach</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajo got, 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb awc 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, twaróg ziołowy 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść salaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g Bh 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
- Bh – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

**Wykaz składników alergennych w Jadłospisie w dn. Czwartek II**

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



# PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 26.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dieta ma wartość odżywczą i kaloryczną 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, gruszką 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 młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzaniem 70g, jabłko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g bł 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dżem 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 młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 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 bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
papkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, pasta z jaja z masłem 50g, ser biały 70g, dżem 1 szt., pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 60g, 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, gruszką 1 szt.	Galaretka 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, serrek waniliowy 1 szt., ser żółty 30g, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2266,9 kcal, B 99,6 g T 73,5 g W 307,1 g NKT 26,2 g bł 29,4 g sól 5,3 g cukry 100,2 g
wizodowa	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, jabłko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 30g	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2156,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 299,7,1 g NKT 26,1 g bł 29,3 g sól 5 g cukry 96,6 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., 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 bł 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszką 1 szt.	Galaretka 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	Biskopki 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 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 bł 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g

<b>cukrzykowa</b>	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapusty białej 120g, sur z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarógzek z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g Bj 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
<b>wątrobowa</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, bułka z 2 jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jaskółko 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 1szt., mix tl 10g, twarógzek z ziołami 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g Bj 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kawa owsiana 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., masłko orzechowe 50g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml, jaskółko 1 szt.	Pomidorowa bez smię 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż. 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, hummus 50g, miód 1 szt., liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 1298,5 kcal, B 64,3 g T 49,1 g W 192 g NKT 13,1 g Bj 16 g sól 4,2 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafile ryżowe 2szt, mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarógzek z ziołami 70g, fiol z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., liść sałaty, jaskółko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,7,1 g NKT 26,2 g Bj 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g
<b>przy miedokrwistościach</b>	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, gruska 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, twarógzek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,5 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g Bj 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g

Uznaczenia wierszami: en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bj – błonnik

sól – sól

**Wskaz składników alegramy w jaskółce Patek II**

Mleko (łącznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze smietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serrek waniliowy, ser żółty  
Zboża zawierające gluten - pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, 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 | produkty pochodne - wafile ryżowe, seras sojowy, hummus

Gończyca - sur, z białej kapusty, hummus

Sesam - hummus

# SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 27.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, paszlet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińskiak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuśni pęksinińskiej 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 Bt 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśni pęksinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwałska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g Bt 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
<b>paplkowata</b>	Kasza manna na mleku 2%, mix tl.0g, chleb zw.90g, paszlet wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, konserwa suwałska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g Bt 12,2 g sól 3,6 g cukry 90,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt, masło 82% 10g, paszeta 30g, szynka konserwowa 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 1szt, szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 2300,4 kcal, B 89,1 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
<b>wrzodowa</b>	Kasza manna na mleku 2%, mix tl.10g, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., paszlet wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwałska mielona 50g, 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 Bt 26,2 g sól 4,5 g cukry 87,3 g
<b>niskosodowa</b>	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały polhillusy 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuśni pęksinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., 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 Bt 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusińskiak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuśni pęksinińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt,	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., 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 Bt 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g

<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapsuśniak 300ml, pieczak 150g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapusty pektńskiej 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 suwalska 50g, cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, liść salaty, kefir 1 szt., papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 294,3 g NKT 27 g Bt 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 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 młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwalska 50g liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g Bt 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 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 tl 10g, szynka z p.kurczaka 50g, liść salaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1046,6 kcal, B 63,3 g T 47,2 g W 196,6 g NKT 12,5 g Bt 12 g sól 3,4 g cukry 88,5 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtusty 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapusty pektńskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajko got. 1 szt, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g Bt 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pektńskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388 kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g Bt 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

Bt — błonnik

sól — sól

cukry - cukry

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

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

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

Seier- zupa chłopska, , kapsuśniak, , konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa

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

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

Jajka- jajko gotowane

Orzechy- masło orzechowe

# NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 28.04.2024 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 11g, 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 2418,7 kcal, B 104,6 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g bł 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90, mix tl 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
paplowata	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.	watle 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	biskopki 25g, serek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw 60g, szynka z pierś 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., mas owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biskopki 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, 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 88,63 g
miskodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany Fiel z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., 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
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	watle 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	biskopki 30 g, serek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 120, mix tl 15 g, szynka z pierś kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g

<b>cukrzykowa</b>	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polewka soppoka 50g, ser biały półtłusty 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 kapusty 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 (cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g Bt 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
<b>wątrobowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, ser biały półtłusty 50g, polewka soppoka 50g, dzem 1 szt, mas 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 młkiem 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 Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, polewka soppoka 50g, hummus 50g, jablko 1 szt, dzem 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 150ml, chupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Chupki kukurydziane 16g, deser sojowy 1 szt.	Jak wątrobowa, 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 Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Zmieszczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bt 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,63 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polewka soppoka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 120g, 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 Bt 30,4 g sól 4,3 g cukry 97,3 g

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

**Wykaz składników alergicznych: w jadospisze w dn. Niedziela II**  
Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z młkiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serce waniliowy  
Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z młkiem, herbata, wałeczki, makaron, soppoka, szynkowa, smazony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkopiy  
Selez- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, soppoka  
Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony  
Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mięsny  
Jajo-jajo, biszkopiy  
Sezan- hummus