

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twarożek ze szczyptką 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 30g, jabłko 1 szt., jajo got. 1 szt.		Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany salsib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, twarog ziolowy 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2486,8 kcal, B 86,5 g T 93,5 g W 331,5 g NKT 32,7 g Bt 41,2 g sól 5,8 g cukry 99,2 g
lekkostrawna	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwińska 50g, pieziet wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., jajo got. 1 szt.		Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany salsib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, twarog ziolowy 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 254,1 kcal, B 99,4 g T 94 g W 331,9 g NKT 26,7 g Bt 34,8 g sól 3,8 g cukry 103,5 g
papierkowa	Jak lekkostrawna (chleb zw. 50), konserwa suwińska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt., jajo got. 1 szt.		Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany salsib w sosie koperkowym 60g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 50)g, polewica sopočka 50g mielona 50g, twarog ziolowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2360,5 kcal, B 100,3 g T 66,5 g W 330,3 g NKT 23,6 g Bt 29,7 g sól 4,6 g cukry 96,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Brudni 150 ml gruska 1 szt.	Barzcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany salsib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polewica sopočka 30g, liść salafy, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 20,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 67,9 g
wzrostowa	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwińska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt., jajo got. 1 szt., miódłone	Brudni 150ml	Barzcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160 g, gotowany salsib mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polewica sopočka 50g mielona 50g, twarog ziolowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2492,7 kcal, B 109,7 g T 68,6 g W 365,5 g NKT 22,6 g Bt 24,9 g sól 4,5 g cukry 120,5 g
niskosodowa	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., salsib 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 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2149,5 kcal, B 105 g T 55,3 g W 298,7 g NKT 22,8 g Bt 26,8 g sól 3,7 g cukry 99,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo 1 szt., kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Brudni 250ml, gruska 1 szt.	Barzcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany salsib mielony w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 1,5, polewica sopočka 50g, dżem 20g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziolowym 80g, dżem 1 szt., Jogurt owocowy 1 szt.	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwińska 50g, pieziet wp. 50g, ogórek 70g, liść salafy (cukrz. b/s jajo 1 szt.), jajo got. 1 szt.	Kalafior gotowany 100g	Barzcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany salsib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewica sopočka 50g, twarożek ziolowy, (cukrz. bez soli- jajo got. 1 szt., twarożek ziolowy), sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziolowym 70g, papryka 30g	en 2114,2 kcal, B 94,4 g T 67,2 g W 292,7 g NKT 19,9 g Bt 43 g sól 4 g cukry 37,6 g

wątrobową	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw60g, konserwa suwalska 50g, paszet wp 50g, masło 10g, soki owocowe 1 szt, jabłko gotowane 1 szt., bulwar 2 jg	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany chleb mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kasza zżoz, mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, mielona 50g, twaróg ziolowy 50g, dzem 1 szt, miód 1 szt, pomidor 70g	en 2299,5 kcal, B 94,6 g T 12,9 g W 318,9 g NKT 20,1 g Bt 25,4 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw60g, jajo 1 sztuka, kaszanka krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany sdał w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zżoz, 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sdały lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 1512,5 kcal, B 67,2 g T 57,4 g W 189 g NKT 18,4 g Bt 16,9 g sól 2,6 g cukry 65,6 g
bezglutenowa	Rż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, schib wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mas owocowy 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schib 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser budy, barszcz ze śmietana, budyń, serek topiony, twarozek ziolowy, jogurt owocowy 70g, gotowany kurczak 1 szt, sur. z ogórka i sdały lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedobowistosciach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, kaszanka suwalska 50g, paszet wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, jajo got. 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietana 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schib w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zżoz, z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 13g, polędwica sopocka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i sdały lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 2700,1 kcal, B 108 g T 91,6 g W 100,2 g NKT 27,8 g Bt 37,8 g sól 6,9 g cukry 99,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nitamasycone kwasy tłuszczowe

Bt – błonnik

Wykaz składników alergicznych: w jadalospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (taznie z laktioz) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zżoz, z mlekiem, , mieszanka mleczna, ser żółty, ser budy, barszcz ze śmietana, budyń, serek topiony, twarozek ziolowy, jogurt owocowy

Zżoz zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak, , Pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska, paszet wp., konserwa suwalska, blok mielony, mieszanka mleczna, sznka mięsa w sosie chrzanowym,

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, paszet wp, kiełbasa krakowska, , kotlety ziemniaczane, sos ogrodowy, suwalska, zrz mielony wp, gotowany 60 g w sosie własnym

Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, suwalska

Coczyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszet wp.

Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser żółty 2 szt., melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 60 g, gruszka 1 szt.	en 2741,3 kcal, B 90,2 g T 110,5 g W 354,6 g NKT 22,7 g Bt 33,2 g sól 3,5 g cukry 94 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, rola da kaszowa 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 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2377,6 kcal, B 100,4 g T 79,5 g W 310,1 g NKT 29,2 g Bt 27,5 g sól 5,8 g cukry 104,4 g
paplowata	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 30g, mix tł. 10g, rola da kaszowa 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		Jak lekkostrawna chleb zw. 90g, przysmak suwański - mielony 50g	en 2198,7 kcal, B 102,6 g T 66,2 g W 329,9 g NKT 23,3 g Bt 29,7 g sól 4,8 g cukry 96,8 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., 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 1225,5 kcal, B 64,3 g T 21,4 g W 181,3 g NKT 12,3 g Bt 15,4 g sól 3,1 g cukry 89,3 g
wrzodowa	Jak paplowata	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 1 szt., mix tł. 10g, przysmak suwański mielony 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2567,5 kcal, B 109,1 g T 71,9 g W 365,3 g NKT 23,1 g Bt 25,5 g sól 4,5 g cukry 119,0 g
niskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2049,5 kcal, B 106,1 g T 55,1 g W 298,6 g NKT 22,8 g Bt 25,4 g sól 3,7 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieści kurczaka 70g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z 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 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzykowa	Kawab/cukru200, chleb razowy 100 mix tl.10, rola da faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, żytońska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur miedewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogorka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwałski 50g, twarożek żółtawy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2458,9 kcal, B 96,8 g T 74,1 g W 292,8 g NKT 18,7 g Bj 35,7 g sól 4,9 g cukry 37,9 g
wątrobowa	Zacietka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, rola da faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekci strawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboz z mlektem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwałski mielony 50g, twarożek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2279,4 kcal, B 92,5 g T 74,6 g W 321 g NKT 20,7 g Bj 25,3 g sól 3,8 g cukry 91,1 g
dzieci bezmleczna	Zacietka na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbozowa200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, szynka z piersi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboz 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 30g, schab gotowany 30g, guszcza 1 szt., pomidor 50g	en 1250,6 kcal, B 104,9 g T 99,8 g W 310,4 g NKT 25,8 g Bj 15,2 g sól 4,2 g cukry 91,4 g
beze glutenu	Ryz na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, chleb beztlenowy 90g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, żół 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbat 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl.10g, twarożek żółtawy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2190,5 kcal, B 112,7 g T 68,9 g W 284,3 g NKT 24,1 g Bj 26,6 g sól 4,8 g cukry 107,2 g
przy niedokrwistości	Zacietka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, mix tl. 15g, rola da faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tl 10g, żytońska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 50g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboz z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, przysmak suwałski 50g, twarożek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2650,7 kcal, B 107,5 g T 92,1 g W 102,5 g NKT 26,7 g Bj 40,2 g sól 6,5 g cukry 98,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nienasycone kwasy tłuszczowe

Bj - błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalospisie w dn. Wtorek II

Mleko (łączenie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlektem, jogurt, mieszanka płynna, twarożek z cebulką, twarożek żółtawy, kefir, ser żółty, ser rożek Hochland
Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet,wp, kawa z mlektem, wędliny, szynka konserwowa, rola da faszerowana, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, solowe,

Seler- wędliny: szynka konserwowa, rola da faszerowana, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska,

Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, rola da faszerowana, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska,

Gorczyca- wędliny: rola da faszerowana, szynka konserwowa, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska,

Jaja –stek, pulpet

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, paszeta 50g, serdeciek 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, babka ziemniaczana 250g, surowka z kiszonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka barmika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2769,4 kcal, B 90,2 g T 97,3 g W 380,6 g NKT 28,1 g bi 37,6 g sól 5,4 g cukry 109,4 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, paszeta 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g		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 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2246,8 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 305,1 g NKT 27,1 g bi 26,3 g sól 5 g cukry 105,6 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), paszeta 50g, polędwica 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 tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2330,8 kcal, B 106,6 g T 76,4 g W 329,9 g NKT 23,6 g bi 25,7 g sól 4,6 g cukry 99,9 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszeta 30g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	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 1456,4 kcal, B 66,7 g T 22,5 g W 184,9 g NKT 14,7 g bi 15,9 g sól 3,4 g cukry 90,4 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, paszeta 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	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 mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2619,3 kcal, B 110,1 g T 69,4 g W 371,2 g NKT 22,9 g bi 22,4 g sól 3,9 g cukry 128,6 g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50 g, jajo gotowane 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2112,7 kcal, B 106,7 g T 79,9 g W 317,6 g NKT 22,7 g bi 25,3 g sól 3,5 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, paszeta 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	budyn 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bi 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

culinarzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl 10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, kisiel salaty, ogórek 70g, cukrzyce bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schar w sosie własnym 60 g, sur z kiszanej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko gotowane 1 szynka, szynka bartenka 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2656,7 kcal, B 120,1 g T 87,2 g W 270,1 g NKT 21,9 g bl 39,5 g sol 6,9 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, kisiel salaty, pomarańcza 100g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i przyzonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka bartenka 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2406,8 kcal, B 92,6 g T 74 g W 329,3 g NKT 19,1 g bl 24,7 g sol 3 g cukry 95,8 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, kisiel salaty, pomarańcza 100g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schar w sosie własnym 60 g, surówka z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g/ dzieci banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboz 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., jajko got 1 szt., szynka bartenka 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 1309,5 kcal, B 67,7 g T 57,9 g W 189,5 g NKT 18,1 g bl 16,7 g sol 2,9 g cukry 66,7 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt., kisiel salaty, pomarańcza 100g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schar gotowany 60g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, schar gotowany 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2152,5 kcal, B 110 g T 67,9 g W 293,6 g NKT 24,9 g bl 25,5 g sol 5,1 g cukry 113,6 g
przy niedokrwiistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, kisiel salaty, pomarańcza 100g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, kurczak got 60g, ogórek 70g	Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i przyzonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt. mix tl 15g, szynka bartenka 50g, jajko gotowane 1 szt., jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bl 37,1 g sol 5,9 g cukry 104 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nielasycone kwasy tłuszczowe

bl - błonnik

Wykaz składników alergennych: w jadospisie w dn. Środa 11

Mleko (łączenie z laktazą) —płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl, kawa z mlekiem, budyni, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana
Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbata inka, kawa zbozowa, miesz, mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schar w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka

Seler- zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka

Soja i produkty pochodne —wafile ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenka

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

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, niebias suwałski 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, grejpfrut 100g		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, waróbka drożdżowa duszona z cebulką i karmelizowanymi jabłkami 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, twaróg z pierśi kiszzonego 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, winogrono 100g, liść sałaty	en 2631 kcal, B 111,6 g T 92,7 g W 347,7 g NKT 24,7 g Bł 30,5 g sól 6,7 g cukry 91,9 g
lekkostrawna	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz., mix tł. 10g, serdeciek 1szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, grejpfrut 100g		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchewką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, winogrono 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 320,6 g NKT 27,4 g Bł 28,1 g sól 5,2 g cukry 119,1 g
pańkowiata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdeciek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, grejpfrut 100g		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2390,9 kcal, B 102,3 g T 66,9 g W 329,9 g NKT 23,6 g Bł 25,1 g sól 4,2 g cukry 98,8 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, serdeciek 1 szt., szynkowa 30g, ogórek 70g, pomidor 70g	biskopiy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serdek homogenizowany 1 szt.	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, twaróg z ziołami 30g, liść sałaty, winogrono 100g	en 1436,6 kcal, B 67,6 g T 26,8 g W 190,7 g NKT 14,1 g Bł 15,2 g sól 3,1 g cukry 89,6 g
wrżdodowa	Jak lekkostrawna, serdeciek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, grejpfrut 100g	Sok wielowarzynowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, szynka z pierśi kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2495,7 kcal, B 110,1 g T 69,2 g W 370,8 g NKT 23,1 g Bł 25,9 g sól 4,4 g cukry 119,7 g
miskosodowa	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, grejpfrut 100g		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, winogrono 100g	en 2265,3 kcal, B 105,2 g T 67,7 g W 99,9 g NKT 22,7 g Bł 24,1 g sól 3,3 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz., masło (82%) 15g, szynkowa 70g, serdeciek 1 szt., grejpfrut 100g, ogórek 70g	biskopiy 30g, pomarańcz 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchewką 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 tł. 15g, szynka z pierśi kurczaka 70g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, winogrono 100g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzy bez soli – jajo goro. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarzynowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchewką 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 2460,7 kcal, B 118,7 g T 85,3 g W 274,6 g NKT 20,3 g Bł 38,7 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

wątrobowowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, grejpfrut 100g		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, ziemnym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarożek ziołowy bez soli 50g, ryżka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2286,9 kcal, B 92,6 g T 74,1 g W 325,5 g NKT 20,5 g Bł 25,2 g sól 3,1 g cukry 93,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, grejpfrut 100g	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, mus owocowy 1 szt., kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, winogrono 100g	en 1607,7 kcal, B 68,4 g T 58,1 g W 189,9 g NKT 18,4 g Bł 16,1 g sól 2,9 g cukry 66,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, grejpfrut 100g	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbatna 200ml, wałki ryżowe 4szt, mix tl. 10g, twarożek ziołowy 50g, schab gotowany 50g, winogrono 100g, liść sałaty	en 2302,5 kcal, B 108,2 g T 69,9 g W 295,9 g NKT 24,6 g Bł 25,4 g sól 3,8 g cukry 120,9
przy miedokwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z ciarkem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, grejpfrut 100g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, jajo got. 1 szt, dżem 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, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i ciarkem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, twarożek ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, winogrono 100g, liść sałaty	en 2815,8 kcal, B 108,2 g T 92,3 g W 108,8 g NKT 28,8 g Bł 40,3 g sól 5,9 g cukry 115,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
 B – białko ogółem
 T – tłuszcz
 W – węglowodany ogółem
 NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe
 Bł – błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalospisie w dn. Czwartek 11

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekem, serdelek, kielbasa suwalska miesz, pływna, twarożek ziołowy, ciasto drożdżowe, kefir
 Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekem, mieszanika pływna, kielbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, ciasto drożdżowe, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka
 Selef- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka
 Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, serdelek, kielbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa
 Jajka - ciasto drożdżowe, rosół z makaronem, kotlety sojowe panierowane
 Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI

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, gruska 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, doraz smażony z sezamen i kopern, sur z kapuśy 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 1 szt., mix tl. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jablko 1 szt.	en 2541,3 kcal, B 112,2 g T 95,5 g W 300,2 g NKT 21,7 g bł 33,8 g sól 4,8 g cukry 90 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 doraz 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, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g	en 2176,9 kcal, B 102,2 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 22,1 g bł 24,3 g sól 4,2 g cukry 300,2 g
papukowata	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 doraz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)	en 2400,9 kcal, B 100,8 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 22,8 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galearka owocowa 150g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany doraz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 50g, kompot owocowy 200ml	Biskopki 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, seret waniliowy 1 szt., ser żółty 50g, jablko 1 szt.	en 1278,5 kcal, B 69,6 g T 23,8 g W 182,5 g NKT 14,2 g bł 16,2 g sól 3,4 g cukry 89,2 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/zn300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany doraz 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 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt., liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g	en 2368,8 kcal, B 110,8 g T 68 g W 373,5 g NKT 19,1 g bł 23,8 g sól 3,3 g cukry 126,7 g
miękkosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekien 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, jablko 1 szt.	en 2225,7 kcal, B 103,3 g T 65,5 g W 99,7 g NKT 22,9 g bł 23,4 g sól 3,6 g cukry 98,9 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, gruska 1 szt.	Galearka owocowa 200g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, doraz smażony z sezamen i kopern, sur z kapuśy 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 1 szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, ser żółty 70g, liść salaty, jablko 1 szt.	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzykowa	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 śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki kapuśy biały 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	chleb razowy 30g, blok mielony 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g	en 2170 kcal, B 97,5 g T 73,1 g W 322,7 g NKT 19,2 g bł 22,9 g sól 3 g cukry 95,6 g
wątrobową	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, bułka z 2 jaj, dżem 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 zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g	en 2170 kcal, B 97,5 g T 73,1 g W 322,7 g NKT 19,2 g bł 22,9 g sól 3 g cukry 95,6 g
dzieci bezmleczna	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., masło orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa bez śmie 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wale ryżowe 2szt.	Kawa zboż, 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, hummus 50g, miód 1 szt, liść sałaty, deser sojowy 1 szt.	en 1278,9 kcal, B 106,0 g T 99,9 g W 310,1 g NKT 24,1 g bł 13,8 g sól 3,5 g cukry 91 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dżem 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	Wale ryżowe 2szt	Herbatna 200ml, wale ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt.	en 2224,5 kcal, B 112,4 g T 68,2 g W 2903,4 g NKT 23,1 g bł 25,1 g sól 3,9 g cukry 120 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 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, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g	en 2740,1 kcal, B 108,6 g T 92,1 g W 109,8 g NKT 26,6 g bł 36 g sól 5,6 g cukry 107,8 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasyczone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergicznych w Jadalnym Płatku II

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, mieszanka płynna, biskopcy, Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kotlet rybny, pulpet rybny, kawa mleka z mlekiem, mieszanka płynna, biskopcy, kasza jęczmienna, szynka śniadaniowa

Seler - zupa pomidorowa, kotlet rybny, szynka śniadaniowa

Jajka- jajo got., kotlet rybny, pulpet rybny, paluszki ziemniaczane

Ryby- kotlet rybny, pulpet rybny

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, kotlet rybny, szynka śniadaniowa

Gorczyca- kotlet rybny, szynka śniadaniowa

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI

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, szyńska konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek kiszony 70g		Kapusińnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka w sosie ziołowym 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekińskiej z sosem winogracie 70g, pomarańcz 100g	en 2521,9 kcal, B 110,5 g T 90,7 g W 215,1 g NKT 20,6 g bł 30,1 g sól 5,6 g cukry 92,6 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł10g, paszlet wp. 50g, szyńska konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z ogórka w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwałska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2367,7 kcal, B 105,2 g T 78,7 g W 300,6 g NKT 29,1 g bł 29,2 g sól 5,2 g cukry 103,2 g
paplowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tł.0g, chleb zw.90g, paszlet wp.50g, szyńska 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, konserwa suwałska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2369,9 kcal, B 108,9 g T 69,9 g W 318,9 g NKT 23,5 g bł 25,6 g sól 4,5 g cukry 97,9 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt.,masło 82% 10g, paszlet 50g, szyńska konserwowa 50g, jabłko 1 szt.,ogórek kiszony 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, szyńska z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1403,1 kcal, B 64,9 g T 24,5 g W 190,9 g NKT 15,1 g bł 15,1 g sól 3,4 g cukry 89,8 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tł10g, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet wp.50g, szyńska 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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwałska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2653,8 kcal, B 110,6 g T 69,9 g W 370,4 g NKT 22,6 g bł 24,9 g sól 4,3 g cukry 127,4 g
niskosodowa	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., kiszony ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z ogórka w sosie ziołowym 120g, miz warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g,jajo got. 1 szt, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2307,9 kcal, B 110,6 g T 60,9 g W 99,9 g en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , paszlet wp. 70g, szyńska konserwowa 70g, jabłko 1 szt., ogórek kiszony 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 ogórka w sosie ziołowym 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szyńska z pierśi kurczaka 70g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	

cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek kiszony 70g, cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparanowa gotowana 100g	Kapusińnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur, z kapusty pekińskiej 120g, sur, z ogórka w sosie ziolowym 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, konserwa suwańska 50g, cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, liść salaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2679,9 kcal, B 118,6 g T 87,6 g W 270,4 g NKT 22,7 g bł 40,5 g sól 6,9 g cukry 99,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jhbko gotowane 1 szt., mix salat		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 mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, konserwa suwańska 50g liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2338,3 kcal, B 90,7 g T 74,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g bł 26,9 g sól 3,9 g cukry 91,8 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jhbko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	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 salaty, deser jogowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1307,5 kcal, B 105,2 g T 99,5 g W 310,7 g NKT 26,5 g bł 15,5 g sól 4,4 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., kiszony ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur, z ogórka w sosie ziolowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł 10g, jajo got, 1 szt, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2285,5 kcal, B 115,6 g T 68,8 g W 280,9 g NKT 22,2 g bł 26,7 g sól 4,9 g cukry 120,6 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw 90, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salat	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 ogórka w sosie ziolowym 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix, tł 15g, konserwa suwańska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2810,1 kcal, B 105,3 g T 96,9 g W 108,7 g NKT 28,7 g bł 39,5 g sól 6,7 g cukry 104,2 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - mienasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jajdziopisje, Sobota II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka płynna, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, ser biały półtłusty, ser żółty, kefir 1 szt

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekem, mieszanka płynna, polećwica sopocka, serdelek, pasztet wp., marchewka oprószona, polećwica sopocka, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp, szynka konserwowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler- zupa chłopska, kapuśniak, polećwica sopocka, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp., szynka konserwowa

Sól i produkty pochodne – wafile ryżowe, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp., polećwica sopocka, szynka konserwowa

Gończya- polećwica sopocka, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp., szynka konserwowa

Jaja- kiedle z owocami, jajo gotowane, placki ziemniaczane

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI

Kodzaj 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 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 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, winogrono 100g	en 2791,3 kcal, B 90,7 g T 110,7 g W 324,4 g NKT 24,7 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 95,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 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 2354,6 kcal, B 101,5 g T 74,9 g W 302,1 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 4,9 g cukry 103,1 g
papkowata	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, dżem 1 szt., polędwica sopocka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2378,3 kcal, B 103,2 g T 66,9 g W 309,7 g NKT 23,8 g Bt 29,7 g sól 4,2 g cukry 99,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wałki 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	biskopiy 25g, kakao 200 ml	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw 60g, szynka z pieśni kureczka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1320,5 kcal, B 61,9 g T 21,5 g W 189,7 g NKT 14 g Bt 15,2 g sól 2,7 g cukry 90,3 g
wrządowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, pol. sopocka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biskopiy 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2520,3 kcal, B 110,5 g T 68,9 g W 366,4 g NKT 22,6 g Bt 25,9 g sól 4,5 g cukry 120,6 g
niskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany filet z kureczka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2198,7 kcal, B 105,9 g T 59,9 g W 298,9 g NKT 22,9 g Bt 23,9 g sól 3,6 g cukry 99,3 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, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wałki 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	biskopiy 30 g, kakao 200 ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 120, mix tl 15 g, szynka z pieśni kureczka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g en 2645,5 kcal,

culizyjowa	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polećwica sopocka 50g, ser biały półtusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 20g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszonej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzec bez soli - schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt.), liść sałaty, pomidor 70g	B 118,3 g T 87,5 g W 268,4 g NKT 21,3g bł 39,5 g sól 5,7 g cukry 99,8 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtusty 50g, polećwica sopocka 50g, dżem 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 makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2296,5 kcal, B 91,4 g T 74,9 g W 333,9 g NKT 20,9 g bł 23,7 g sól 3,6 g cukry 96,5 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polećwica sopocka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 150ml	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Jak wątrobową, kawa zboż. 200ml, szynka z piersi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1190,9 kcal, B 103,5 g T 99,3 g W 308,6 g NKT 26,3 g bł 15,5 g sól 4,1 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2067,9 kcal, B 105,2 g T 68,8 g W 281,4 g NKT 22,5 g bł 24,9 g sól 3,8 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polećwica sopocka 50g, dżem 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 makiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2766,8 kcal, B 108,9 g T 92,6 g W 303,6 g NKT 29,9 g bł 38,8 g sól 6,3 g cukry 102,2 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - mierzalne kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Niedziela II

Mleko (łącznie z laktozą) - makaron na mleku, krupnik, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, ser żółty, kefir, ser biały półtusty, mieszanka płynna, wędliny: krakowska, tyrolska, blok mielony

Zboża zawierające gluten - makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa inka z makiem, kotlety ziemni, herbata, mieszanka płynna, kawa zbożowa, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopocka, szynkowa, smazony schabowy wp. schab duszony w sosie

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

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

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mierny

Jajko-jajko, kotlety ziemniaczane