

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 24.02.2025

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, masło z orzechami 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Baranek czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona salska masła w sosie czosnkowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, twarog ziołowy 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2338,8 kcal B 86,2 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. 10g, konserwa sardynki 50g, papryka 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Baranek czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 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 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twarog ziołowy 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKT 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruska 1 szt.	Baranek czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Cluphki kukurydżane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, liść salny, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal B 80,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci 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., kaszanka 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruska 1 szt.	Baranek czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Cluphki kukurydżane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2266,5 kcal B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKT 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynki 50g, papryka 50g, ogórek 70g, liść salny (czekasz b6 jajo 1 szt.).	Kalmar gotowany 100g	Baranek czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sól wielowarstwowa 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twarog ziołowy (czekasz bez soli - jajo got. 1 szt., masło ziołowy), sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKT 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g
wątrobową	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa sardynki 50g, papryka 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Baranek czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g, mielona 50g, twarog ziołowy 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 Bt 30 g sól 6,6 g cukry 98,1 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab wp. 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, miodowca gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser białý polihaisy 70g, gotowany kurczak 1 szt., pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,6 g W 289,5 g NKT 25,1 g D 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, ciemna 200ml, chleb zwykły 90, bułka pszenna 1szt., mix tl. 13g, konserwa suwalska 50g, pieczeń wp. 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb mżowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, łase sałaty	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z ararabicki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml			Kawa zboż z mikssem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 13g, półdewica sopocka 50g, twaróg żółtawy 30g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie żółtawym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 68,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g D 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

I - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

D - biotyn

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlektem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, sepek topiony, twarogzek żółtawy, jogurt owocowy, sos żółtawy - ogrodowy, pasztec wp. Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, , pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowskaspasztec wp., konserwa suwalska, blok mielony, szulka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony - ogrodowy, suwalska koperkowym, kawa zbożowa, sos żółtawy - ogrodowy, suwalska

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

Gorczyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztec wp.

Jaja- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 25.02.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulką 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g Bt 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, pieczeń rybną 30g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 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 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 316,5 g NKT 29,2 g Bt 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka z pieści kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, 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.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1356,5 kcal, B 63,6 g T 48,5 g W 188,5 g NKT 13,4 g Bt 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieści kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulką 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 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g Bt 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g
cukrzycowa	kawa/cukru 200, chleb razowy 100 mix, tł. 10, pieczeń rybną 30g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur. marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszonym ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 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
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeń rybną 30g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 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
bezglutenowa	Kyza na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy 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

przy niedokrwistości	Zacięta na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z ciutem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 90g, mix II 15g, pieczeń rymska 50g, srocha konserwowa 50g, mielon 100g, liść salaty	razowy 80g, mix II 10g, tyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 1 50g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml	Kawa zboz z mlekien 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix II 15g, przysmak suwański 50g, twarożek ziolowy 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 bi 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sól – sól cukry – cukry					
Wskaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Wtorek II Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix II, masło 82%, kawa z mlekien, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek ziolowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp, kawa z mlekien, wędliny: szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń rymska Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń rymska, wędliny: szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń rymska, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń rymska Gorczyca- wędliny: pieczeń rymska, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Jaja – stek, pulpet					

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 26.10.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., pasztec 50g, serderek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, mądrynka 1 szt.		Zupa z soczewicy 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surówka z kiszonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowe z mlekiem 200ml, chleb wz.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, jajo gotowane 1 sztuka, dzień 1szt, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2467,1 kcal, B 93,9 g T 97,8 g W 368,1 g NKT 35,8 g bł 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, pasztec 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bł 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztec 30g, poledwica drobiowa 30g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyn 150ml, herbatniki 25g	Ryzowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt masło (82%)10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 15,5 g bł 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, pasztec 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	budyn 150ml, herbatniki 25g	Ryzowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bł 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tł.10g, pasztec 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzec 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 kiszonej 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 barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bł 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., pasztec 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, mądrynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bł 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal. B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bł 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
	przy niedobrkwiśściach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb ryż. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, paszat 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, mandarynka 1 szt., pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g	Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka białka 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal. B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bł 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktozą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł., kawa z makiem, budyn, ser biały półtłusty, paszat, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polewka drobiowa

Zboża zawierające gluten: pieczywo, kawa inka z makiem, herbatniki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, paszat, krakowska, serdelek, polewka drobiowa, szynka białka

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, paszat, krakowska, serdelek, polewka drobiowa, szynka białka

Gończya-wędliny: paszat, krakowska, serdelek, polewka drobiowa, szynka białka

Jajo—jajo got.1 szt., babka ziemniaczana,

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 27.02.2025

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, kiebasa suwalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątroba drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanymi jabłkami 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z cukrem i mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, twaróg z cebulką i szczyptą 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2549,3 kcal, B 101,3 g T 82,0 g W 334,7 g NKT 30,6 g bł 22,9 g sól 8 g cukry 96,7 g
lekkostrawna	Kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, serdeczek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 15g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbanińki 25g, serdek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twaróg z zieleni 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
dzieci starsze	Kasza manna na 2%, 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 30g, pomarańcza 100g.	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kalfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbanińki 25g, serdek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, twaróg z zieleni 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyce bez soli – jajo got. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g bł 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdeczek 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twaróg z zieleni bez soli 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,6 g NKT 27,4 g bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt, mix tł. 10g, twaróg z zieleni 50g, schab gotowany 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g

przy niedokrwistościach	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, jajko got. 1 szt., dżem 1 szt, papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, twaróg ziolowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g Bt 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bt – błonnik sól – sól cukry - cukry Wykaz składników alergennych w jadospisie w dn. Czwartek II Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiebasa suwańska, twaróg ziolowy, kefir, herbatniki, serrek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiebasa suwańska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka, biszkopty Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, serdelek, kiebasa suwańska, szynka z pierśi kurczaka Jajka – jajko gotowane 1 szt., biszkopty Gończyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka					

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 28.02.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g Bt 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tunczkiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g Bt 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) jajo gotowane 1 szt., ser biały 30g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galerka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek waniliowy 1 szt., ser żółty 30g, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g Bt 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galerka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopty 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g Bt 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, 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, sur z kapuszy białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tunczkiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g Bt 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobową	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, bułka z 2 jaj, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z tunczkiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g Bt 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wałe ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wałe ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,7 g NKT 26,2 g Bt 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

przy niedokrwistościach	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 50g, bułka pszenna 1 szt., mix tł 15g, jajo gotowane 1szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszką 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tł 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marmeladka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tł 15g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salady, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g bj 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g
-------------------------	--	---	---	---	---

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w Jajłospisie Piatek II

Mleko (łącznie z laktozą) – plaki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tł, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty

Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, plaki owsiane na mleku, dorsz smaży, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem,biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty

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

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

Soja i produkty pochodne- waflle ryżowe

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 01.03.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, paszlet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuś. pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 74,3 g W 312,0 g NKT 27,4 g bł 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix salati		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuś. pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6 kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, paszlet 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z piersi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% , paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt	Kapuśniak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuś. pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g , szynka z piersi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
kultrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyć bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuś. pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzywny 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, konserwa suwańska 50g, cukrzyć bez soli - schab gotowany 50g, liść salaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salati		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwańska 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 bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 10g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kureczec gotowane 90g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 0g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g Bt 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, kasza manna na mleku 2% 230 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 kapuśy pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,8kcal, 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 Jadalnię Sobota II

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka pylna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir, 1 szt, pasztet wp.
Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku ,mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir, 1 szt, pasztet wp.
Seier- zupa chłopska , kapuśniak , konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa

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

Jajła- jajko gotowane

Orzechy- masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 02.03.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony schab wp. kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcza 100g	en 2416,7 kcal, B 104,3 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g Bł 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 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 makiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	waflle 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 pieśni kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g Bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	waflle 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 makiem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tł. 15 g, szynka z pieśni kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g Bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
cukrzykowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, polędwica sopocka 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 tł. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukry bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g Bł 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
wątrobową	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtłusty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g Bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbatą 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sol owocowy 200ml	Zmniejszająca 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 23,4 g bj 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zcv. 60g., mix tl 15g., ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g., mix tl 10g, krakowska 30g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tl 15g., ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g bj 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g	

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bj - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Niedziela II

Mleko (języnie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serek waniliowy

Zboża zawierające gluten: makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z mlekem, herbatniki, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopočka, szynkowa, smażony schabowy wp. schab duszony w sosie, biszkopty

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

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

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony

Jajko-jajko, biszkopty