

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 01.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, warzynek ze szczyptą 70g, kiebasa krakowska 50g, kiszone ogórki 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona szalika mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g	en 2486,8 kcal, B 86,5 g T 93,5 g W 331,5 g NKT 32,7 g bi 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. 90g, mix tl. 10g, konserwa sarmalska 50g, pasztecik 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany salsin w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, warog ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 254,1 kcal, B 99,4 g T 94 g W 331,9 g NKT 26,7 g bi 34,8 g sól 3,8 g cukry 103,5 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa sarmalska mielona 50g, kiebasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony, ze śniadania 200ml, kasza, pieczak 160g, gotowany salsin w sosie koperkowym 60g, marchewki gotowane 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 50g), polędwica sopočka 50g, warog ziołowy 50g, dzem 1 szt., pomidor 70g	en 2360,5 kcal, B 100,3 g T 66,5 g W 330,3 g NKT 23,6 g bi 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, chleb zw. 50g, masło (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kiebasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śniadania 200ml, kasza, pieczak 160g, gotowany salsin w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Hektara z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, liść salaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 20,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g bi 14,5 g sól 2,3 g cukry 87,9 g
wrzedowa	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, konserwa sarmalska mielona 50g, kiebasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150ml	Barszcz czerwony bez śniadania 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany salsin w sosie koperkowym 60g, marchewki gotowane 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica sopočka 50g, mielona 50g, warog ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2482,7 kcal, B 109,7 g T 66,6 g W 365,5 g NKT 22,6 g bi 24,9 g sól 4,5 g cukry 120,5 g
niskosodowa	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., salsin gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2149,5 kcal, B 105 g T 55,3 g W 298,7 g NKT 22,6 g bi 25,6 g sól 3,7 g cukry 99,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmieńna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany salsin 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. 120g, mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, dzem 20g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 66,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bi 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
kultrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sarmalska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, liść salaty (cukrz. biał. jajo 1 szt.)	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śniadania 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany salsin 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, polędwica sopočka 50g, warzynek ziołowy (cukrzy bez soli - lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2114,2 kcal, B 94,4 g T 67,2 g W 292,7 g NKT 15,9 g bi 43 g sól 4 g cukry 57,6 g

WĄTROBOWA	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, konserwa suwańska 50g, pasztet wp.50g, mas owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Baranek czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany, schab mielony w sosie koperkowym 60g, smalec, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 90g, polędwica sopočka 50g, miódna 50g, warogę ziołowy 50g, dzem 1 szt, miód 1 szt, pomidor 70g	en 2289,5 kcal, B 94,6 g T 72,9 g W 318,9 g NKT 20,1 g B1 25,4 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku oślim 250 ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.90g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Baranek czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany, schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, chleb zw.90g, polędwica sopočka 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 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 B1 16 g sól 2,6 g cukry 55,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, schab wp.50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Baranek czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany, schab 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 45zl, mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany burczak 1 szt, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 88,8 g W 288,5 g NKT 25,1 g B1 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedobrociwościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 120, mix tl 15g, konserwa suwańska 50g, pasztet wp.50g, jabłko 1 szt, ogórek 70g	chleb rzynowy 80g, mix tl, 10g ser zółty 50g, łódz sałaty	Baranek czerwony ze śmietaną 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany, schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 120g, mix tl, 15g, polędwica sopočka 50g, twarog ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 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 B1 37,8 g sól 6,9 g cukry 98,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nienasyczone kwasy tłuszczowe
B1 – błonnik

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, mieszanka mleczna, ser żółty, ser biały, baranek ze śmietaną, budyn, serok topiony, twarogzek ziołowy, jogurt owocowy
Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, pieczkwo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowskaspaszet wp., konserwa suwańska, schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, maso owocowy, suwańska
Seler- baranek czerwony, wędliny, konserwa suwańska, blok mielony, pasztet wp.50g, konserwa suwańska, zinn mielony wp., gotowany 60 g w sosie własnym
Gorczyca- konserwa suwańska, polędwica sopočka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.
Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 02.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynkowa 70g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2741,3 kcal, B 90,2 g T 110,5 g W 354,6 g NKT 22,7 g bj 33,2 g sól 3,5 g cukry 94 g
lekkostrawna	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, roleta faszerowana 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 tl. 10g, przysmak suwałki 50g, twaróg żółty 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 bj 27,5 g sól 5,8 g cukry 104,4 g
papkowata	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, roleta faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), przysmak suwałki - mielony 50g	en 2198,7 kcal, B 102,6 g T 66,2 g W 329,9 g NKT 23,3 g bj 28,7 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, zaciekta 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 1226,5 kcal, B 64,3 g T 21,4 g W 181,3 g NKT 12,3 g bj 15,4 g sól 3,1 g cukry 89,3 g
wrżdowata	Jak papkowata	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwałki mielony 50g, twaróg żółty 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2567,5 kcal, B 109,1 g T 71,9 g W 385,3 g NKT 23,1 g bj 25,5 g sól 4,5 g cukry 119,6 g
niskosodowa	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg żółty 70 g, salsab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2048,5 kcal, B 106,1 g T 55,1 g W 298,6 g NKT 22,8 g bj 25,4 g sól 3,7 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Zaciekta na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, mix tl. 10g, szynka z pieści kurczaka 70g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukur. 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bj 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzykowa	kawab/cukru200, chleb razowy 100 mix tl 10, rolaða faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, twyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 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 bi 35,7 g sól 4,9 g cukry 37,9 g
wątrobowa	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt, rolaða faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 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 321,9 g NKT 20,7 g bi 25,3 g sól 3,8 g cukry 91,1 g
dzieci bezmleczna	Zaciekta na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw 60g, szynka z pieści kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, szynkowa 30g, schab gotowany 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1250,6 kcal, B 104,9 g T 99,8 g W 310,4 g NKT 25,8 g bi 15,2 g sól 4,2 g cukry 91,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajko 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, 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 86,9 g W 284,3 g NKT 24,1 g bi 26,6 g sól 4,8 g cukry 107,2 g
przy niedokrzliwości	Zaciekta na mleku 2%, 250ml kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 90g, mix tl 15g, rolaða faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tl 10g, twyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem 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 28,7 g bi 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

bi – błonnik

Wskaz składników alergennych w jadłospisie w dn. wtorek II

Mleko (tęcznie z laktazą) – zacierki na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, mieszanka piymna, 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 mlekiem, wędliny, szynka konserwowa, rolaða faszerowana, przysmak suwałski, szynkowa, krakowska,

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

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

Jaja –stek, pulpet

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 03.01.2024 r.

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. 15g, pasztec 50g, seradek 1 szt., żółt. ser 30g, pomidor koktajlowy 20g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakka ziemniaczana 250g, surowka z kiszanej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dzem 1 szt., szynka barminka 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, pasztec 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2246,8 kcal. B 105,3 g T 75,1 g W 205,1 g NKT 27,1 g bi 26,3 g sól 5 g cukry 105,6 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), pasztec 50g, polewica 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. 30g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka 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, pasztec 30g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barminka 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
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, pasztec 50g, polewica drobiowa mielona 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Herbatniki 25g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barminka 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, pomidor koktajlowy 10g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 70g, scharb 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, pasztec 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyn 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 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 barminka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2478,5 kcal. B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,5 g bi 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl 10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, ogórek 70g, cukrzyca 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 kiszanej kapuszy 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 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 sól 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, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2406,8 kcal, B 92,6 g T 74 g W 323,3 g NKT 19,1 g bl 24,7 g sól 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, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, surowka z kiszanej kapuszy 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g/ dzieci banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż 200cmł, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., jajo got. 1 szt., szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 1509,5 kcal, B 67,7 g T 57,9 g W 189,5 g NKT 18,1 g bl 16,7 g sól 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, jajo 1 szt., liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszanej kapuszy 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtusty 70g, schab 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 sól 5,1 g cukry 113,6 g
przy niedokrwistościach	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, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix ogórek 70g	Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt. mix tl, 15g, szynka barmnika 50g, jajo 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 sól 5,9 g cukry 104 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Mleko (łącznie z laktazą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix rt, kawa z mlekiem, budyni, ser biały półtusty, mieszanka mleczna, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z makiem, herbataiki, kawa zbozowa, mlesz, mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

Gończyca- wędliny, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

Jajo –jajko got.1 szt., babka ziemniaczana,

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, wątróbka 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 cebulką i szczypiotkiem 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, mandarynka 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, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalfior 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 pierś kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł 28,1 g sól 5,2 g cukry 119,1 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg ziołowy 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 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, serdelek 1 szt., szynkowa 30g, ogórek 70g, pomidor 70g	biszkopcy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Herbatna z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twaróg z ziołami 30g, liść sałaty, mandarynka 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
wrzodowa	Jak lekkostrawna, serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior 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 pierś 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, japo 1 sznka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż. z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2265,5 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, serdelek 1 szt., banan 1 szt., ogórek 70g	biszkopcy 20g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kalfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z pierś kurczaka 70g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyca bez soli –jajo goto 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z 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 ziołowy 70g, szynka z pierś 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

wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, ziemniaki 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb aw. 60g, bułka pszenna 1 szt., twarożek ziołowy bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, 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 1 szt., chleb zw. 60g, serdelek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, mus owocowy 1 szt., kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 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, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix ti 10g, jęcio 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt, mix ti 10g, twarożek ziołowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 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 g
przy miedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix ti 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix ti 10g, jabko got. 1 szt., dzem 1 szt., papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb aw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix ti 15g, twarożek ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, mandarynka 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 - nielenasycone kwasy tłuszczowe

Bł - błonnik

Wykaz składników alergennych w ładospisie w dn. Czwartek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix ti, masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska mies. płynna, twarożek ziołowy, ciasto drożdżowe, kefir
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątrołka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanka płynna, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, ciasto drożdżowe, filet z kurczaka w

Sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, serdelek, kiełbasa 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 05.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuśy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jablko 1 szt.	en 2541,3 kcal, B 112,2 g T 95,5 g W 306,2 g NKT 21,7 g Bj 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, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 102,2 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 22,1 g Bj 24,5 g sól 4,2 g cukry 300,2 g
papkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, pasta z jaja z masłem 50g, ser biały 70g, dzem 1 szt., pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)	en 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 1szt., masło (82%), jajo gotowane 1 szt, ser biały 70g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galaretką owocowa 150g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, serek waniliowy 1szt., ser żółty 30g, jablko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 1278,5 kcal, B 69,6 g T 23,8 g W 182,5 g NKT 14,2 g Bj 16,2 g sól 3,4 g cukry 89,2 g
wzróżdowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane mielone 1 szt., dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/śm300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarożek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2368,8 kcal, B 110,8 g T 68 g W 370,5 g NKT 19,7 g Bj 23,8 g sól 3,3 g cukry 126,7 g
miskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarożek z ziołami 70g, filet z karczuszka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2225,7 kcal, B 103,3 g T 65,5 g W 99,7 g NKT 22,9 g Bj 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, dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galaretką owocowa 200g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuśy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopty 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, ser żółty 70g, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bj 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzycowa	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, sur z kapusty białej 120g, sur: z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	chleb razowy 30g, białk mielony 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 120,4 g B 97,5 g T 87,2 g W 262,1 g NKT 20 g bł 35,5 g sól 4,6 g cukry 97,3 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, białka 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 1szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	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., masłko orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflle 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., pomidor koktajlowy 20g	en 1278,9 kcal, B 106,6 g T 99,9 g W 310,1 g NKT 24,1 g bł 13,8 g sól 3,3 g cukry 91 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 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	Pomidorowa300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflle ryżowe 2szt.	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 224,5 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 1szt., 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 zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	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 alergennych w Jadalospisie Piatek II

Mleko (iennie 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, biskopity, Zioła zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kotlet rybny, pulpet rybny, kawa iłka z mlekiem, mieszanka płynna, biskopity, kasza jęczmienna, szynka śniadaniowa

Seler- zupa pomidorowa, kotlet rybny, pulpet rybny, szynka śniadaniowa
Jajka- jajo got., kotlet rybny, pulpet rybny, jajuszki ziemniaczane

Ryby- kotlet rybny, pulpet rybny

Soja i produkty pochodne- waflle ryżowe, kotlet rybny, szynka śniadaniowa
Gorczyca- kotlet rybny, szynka śniadaniowa

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 06.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasztecik wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapusiśnik 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 mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekińskiej z sosem vinegrete 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
	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwańska 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
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2%, mix tl. 10g, chleb zw. 90g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mix owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, konserwa suwańska 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
pakowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tl. 10g, chleb zw. 90g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mix owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 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
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, pasztecik 30g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mix owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwańska 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
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tl. 10g, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mix owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwańska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2307,9 kcal, B 110,6 g T 60,9 g W 99,9 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, salsal gotowany 50g, jabłko 1 szt., kiszony ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuści pekińskiej 120g, miz warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	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 1 szt., masło 82%, pasztecik wp. 70g, szynka konserwowa 70g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusiśnik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuści pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 70g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	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 zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyz bez soli - sotiab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapusiński 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur: z kapuszy pekiskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa suwańska 50g, cukrzyz bez soli - sotiab gotowany 50g, liść sałaty, 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, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwańska 50g liść sałaty, 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 rosołowym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix sałat	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 tl 10g, szynka z p kurczaka 50g, liść sałaty, deser sojowy 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	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, sotiab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur: z kapuszy pekiskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajko got 1 szt, liść sałaty, 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 tl 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 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 kapuszy pekiskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix, tl 15g, konserwa suwańska 50g, liść sałaty, 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 – nielenasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jadalnospisie Sobota II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka płynna, mix tl., maślo 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, ser żółty, kefir 1 szt suwańska, pasztet wp, szynka konserwowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

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

Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp., polędwica sopocka, szynka konserwowa

Gorczyca- polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp., szynka konserwowa

Jaja- kiedle z owocami, jajko gotowane, placki ziemniaczane

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 07.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tl 15g, ser biały 50g, polewka sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlektem 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 110,2 g W 324,4 g NKT 24,7 g bi 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, polewka sopočka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlektem 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 bi 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, dzem 1 szt., polewka sopočka 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 bi 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, polewka sopočka 30g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt.	waflę 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 23g, kakao 200 ml	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw 60g, szynka z piersi kurczaka 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 bi 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. sopočka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dzem 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 bi 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 kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlektem 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 bi 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, polewka sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	waflę 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 mlektem 2% 200ml, chleb zw 120, mix tl 15 g, szynka z piersi kurczaka 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,

cukrzykowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	Krupnik kukurydziane 20g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszzonej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wałki ryżowe 2szk.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukryc 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 21,3 g bł 39,5 g sól 5,7 g cukry 99,8 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g., ser biały półtłusty 50g, polędwica sopocka 50g, dzem 1 szl, mus owocowy 1 szl.		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 25,7 g sól 3,6 g cukry 96,5 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polędwica sopocka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt, dzem 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 150ml	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Wałki ryżowe 2szk.	Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1190,9 kcal, B 105,5 g T 99,3 g W 308,6 g NKT 22,5 g bł 15,5 g sól 4,1 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, wałki ryżowe 4szk., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szl., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Keifir 150ml	Herbat 200ml, wałki ryżowe 4szk., 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, polędwica sopocka 50g, dzem 1 szl., 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

Opisane składniki i ich wartości:

en - wartość energetyczna

B - białko ogólne

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - niemaszynowane kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

Wykaz składników alergennych: w iadłosniści w dn. Niedziela II

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

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

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

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony

Jajko-jajo, kotlety ziemniaczane