

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 14.07.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienia na mleku 2%250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, twarógzek ze szczypiotkiem 70g, kiebasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona szklka mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15, polędwica sopočka 50g, sosółka50g, serak topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 50g	en 2338,8 kcal B 882,9 T 86,4,9 W 338,5,9 NKT 32,1,9 Bt 319,9 sól 5,8,9 cukry 94,7,9
lekkostrawna	Kasza jęczmienia na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, konserwa sardynka 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, polędwica sopočka 50g, twaróg żółty 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal, B 97,5,9 T 82,9 W 341,9,9 NKT 31,6,9 Bt 30,8,9 sól 5,8,9 cukry 96,1,9
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienia na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, jajko 1 sztuka, kiebasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, liść sałaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6,9 T 47,5,9 W 181,5,9 NKT 12,2,9 Bt 14,6,9 sól 2,8,9 cukry 51,9,9
dzieci starsze	Kasza jęczmienia na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, jajko got. 1 szt., krakerska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki 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 sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal, B 80,6,9 T 87,5,9 W 351,5,9 NKT 28,2,9 Bt 30,6,9 sól 4,8,9 cukry 97,3,9
cukrzycowa	Kasza jęczmienia bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, konserwa sardynka 50g, pasztecik wp.50g, ogórek 70g, liść sałaty (cukrz b/s jajo 1 szt.).	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg żółty (cukropec bez soli- jajo got.) szt., twaróg żółty, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal, B 94,5,9 T 76,4,9 W 301,9,9 NKT 27,7,9 Bt 35,2,9 sól 5,3,9 cukry 56,1,9
wątrobowa	Kasza jęczmienia na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa sardynka 50g, pasztecik wp.50g, mas owocowy 1 szt, jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg żółty 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5,9 T 64,2,9 W 342,4,9 NKT 30,2,9 Bt 30,9 sól 5,8,9 cukry 98,1,9

						en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sół 5,1 g cukry 109,4 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2%, 250ml, herbat 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., schar wp. 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schar 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbat 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	
przy niedokwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa odkrem 200ml, chleb zwykły 90, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kawałek masła 50g, pasztet wp. 50g, jajko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, kłóś sałaty	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schar w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, półciężka sopočka 50g, twaróg ziółowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziółowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 221,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g Bt 31 g sół 5,9 g cukry 95,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bt – białnik

sół – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, 82%, kawa zboż. z mlekiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serek topiony, twarożek ziółowy, jogurt owocowy, sos ziółowy - ogrodowy, pasztet wp. Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak , pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiebasa krakowskaspaszet wp., konserwa suwalska, blok mielony, sznka mięsa w sosie chrzanowym, schar w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ziółowy- ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny; konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp.kiebasa krakowska, konserwa suwalska, sos ogrodowy - ziółowy, suwalska.

Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, kiebasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopočka, blok mielony, sos ogrodowy - ziółowy, suwalska

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

Jajko- jajko got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 15.07.2025

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 tl. 15g, szyńska 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 mlekiem2% i cukrem 200ml ,chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, szynkowa 50g, twarógzek 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 1szt., chleb zw.60g, mix tl. 10g, pieczeń ryńska 50g, szyńska konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt.,mix tl.10g, przysmak suwański 50g, twarozek zielowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2317,6 Kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g 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, szyńska z pierśi kurczaka 30g, szyńska konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Hrabata 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 1szt., chleb zw.90g, masło (82%) 15g, szyńska z pierśi kurczaka 50g,szyńska konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukur. 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem2% 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
cukrzykowa	kawab/cukrn200, chleb razowy 100 mix, tl. 10, pieczeń ryńska 50g, szyńska konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, tyroska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g ,sur marchewki z chrzaniem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwański 50g, twarozek zielowy 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
wątrobową	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeń ryńska 50g, szyńska konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański mielony 50g, twarozek zielowy 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	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana 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, twarozek zielowy 70 g, schar 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	Zacierka na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.90g, mix tl. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, młdon 100g, liść salaty	razowy 80g, mix tl 10g, ryżowa 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 1szt.,mix tl.15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziołowy 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 bł 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 bł – błonnik sól – sól cukry - cukry Wskaz składników alergennych w jadłospisie w dn. wtorek II Mleko (łącznie z laktazą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek ziołowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp.,kawa z mlekiem, wędliny; szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, zrynkowa, krakowska, sos ogrodowy Seler- wędliny; szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, zrynkowa, krakowska, sos ogrodowy Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, zrynkowa, krakowska, sos ogrodowy Gorczyca- wędliny; pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, zrynkowa, krakowska, sos ogrodowy Jaja –stek, pulpet					

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 16.07.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, pasztet 50g, serek 1 szt., żółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, arbuz 100 g		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surówka z kiszzonej kapuśy 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, dżem 1szt., szynka białka 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2520,1 kcal, B 94,6 g T 99,8 g W 376 g NKT 35,8 g bł 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa 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 1 szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 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	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztet 30g, polewica drobiowa 30g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa 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 białka 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bł 13,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt masło (82%) 5g, pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa 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 1 szt masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka białka 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
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tł.10g, pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzyce bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur. z kiszzonej kapuśy 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 białka 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,2 g NKT 28,1 g bł 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., pasztet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa 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 białka 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	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix. tł.10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszoncej kapusy 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, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal, B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bf 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt,mix tł.15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, 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 bartenika 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 bf 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

bf – białnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. Środa 11

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

Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z makiem, herbatniki, kawa zbożowa,makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika, zupa z soczewicy

Seier- zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika, zupa z soczewicy

Soja i produkty pochodne –wafle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

Gorczyca- wędliny; pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 17.07.2025

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 tl. 15g, kiebasa suwałska 1 szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wytróbką drożdżową 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 tl.15g, twarożek z cebulką i szczyptą koperku 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty 100g, liść sałaty	en 2559,7 kcal, B 102,4 g T 80,1 g W 339,1 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 1 szt., mix tl.10g, serdeciek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap pękalskiej z marchewką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarożek z zieleni 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, arbuz 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 1 szt., masło (82%)10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopcy 15g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, sercek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twarożek z zieleni 30g, liść sałaty, arbuz 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 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopcy 30g, pomarańcza 100g.	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap pękalskiej z marchewką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, sercek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i mlekem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, szynka z pierś kurczaka 50g, twarożek ziółowy 70g, liść sałaty, arbuz 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
cukrzykowa	kasza zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrycz bez soli – jajo got. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap pękalskiej z marchewką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarożek ziółowy 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
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., serdeciek 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarożek ziółowy 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 tl.10g, jajo 1 sztuka , jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pękalskiej z marchewką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4sz, mix tl.10g, twarożek ziółowy 50g, schab gotowany 50g, arbuz 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 tł. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajko got. 1 szt., ziem. 1 szt., papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 50g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, twaróg ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, arbuz 100g, liść salaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g bł 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 bł – błonnik sól – sól cukry - cukry					
Wykaz składników alergennych w Jadalniście w dn. Czwartek II Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł. masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwańska, twarógek ziołowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa 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 – wałki ryżowe, serdelek, kiełbasa suwańska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopty Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka					

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 18.07.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Plańki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, mix tl 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 bł 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Plańki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, miod 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Plańki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%), jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galarełka 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	Biszkopity 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serkek waniliowy 1szt, 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 bł 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
dzieci starsze	Plańki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galarełka 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	Biszkopity 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 50g, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g bł 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, 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 tl 10g, twarożek z ziołami 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g bł 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobowa	Plańki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, bułka z 2 jaj, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, miod 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g bł 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wale ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarożek z ziołami 70g, filet z karczaka gotowany 50g, miod 1 szt, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,7 g NKT 26,2 g bł 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

					en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g Bt 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1 szt mix tl. 15g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bt – błonnik sól – sól cukry – cukry Wskaz składników alergicznych w jadłospisie Piatek II Mleko (łączenie 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, ser żółty Zioła zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz smaży, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, biskopity, kasza jęczmienna, biskopity Seier- zupa pomidorowa, funiulus Jajka- jajo got., dorsz smażyony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biskopity Ryby- dorsz smażyony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tuńczykiem Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe					

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 19.07.2025

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, pasztet 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 kapuśi pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 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, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśi 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 sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt.,masło 82% 10g, pasztet 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, mas owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 1 szt, szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% , pasztet 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 kapuśi 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 pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyz bez soli - schab gotowany 50g, set biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuśi pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynny150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, konserwa suwańska 50g, cukrzyz bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobowowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., 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, mas owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwańska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur. z kapuszy pekiskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł 10g, jajko got. 1 szt., liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
przy niedokrwiistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw.90, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tł 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z 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. tł 15g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g bł 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B — białko ogółem

T — tłuszcz

W—węglowodany ogółem

NKT — nasycone kwasy tłuszczowe

bł — błonnik

sól — sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie Sobota II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku ,mix tł., kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir 1 szt, pasztet wp.

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska., kawa zbożowa z mlekiem, konserwa suwalska, szynka z piersi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler- zupa chłopska , kapuśniak , konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne—waflle ryżowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

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

Jajka- jajko gotowane

Orzechy - masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 20.07.2025 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, półkędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tł 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcz 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 półkisty 50, półkędwica 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 mlekem 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, półkędwica sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	walę 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	biszkopiy 25g, serrek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw 60g, szynka z pierś kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tł 15g, ser żółty 50g, półkędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	walę 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	biszkopiy 30 g, serrek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw 120, mix tł 15 g, szynka z pierś kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
cukrzykowa	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, półkędwica sopocka 50g, ser biały półkisty 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 (cukrzy 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
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw 50g, ser biały półkisty 50g, półkędwica sopocka 50g, dżem 1 szt, mas owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 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

							en 2503,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Hj 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g		
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g., mix tł 15g, ser żółty 50g, podwójna sopočka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmieńna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tł. 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 Hj 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

Hj – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Niedziela II

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

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

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, biskopiy