

# PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 15.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptą soli 70g, ketchup 50g, papryka 50g, kiszone ogórki 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona szklka mięsa wp. w sosie koperkowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, serek topiony 7 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKt 32,1 g Bj 31,9 g sól 5,8 g calky 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptą soli 70g, ketchup 50g, papryka 50g, kiszone ogórki 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKt 12,2 g Bj 14,6 g sól 2,8 g calky 51,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kisielna krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyn 150 ml, guszcza 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza, pieczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, kisiel owocowy 1 szt.	en 2256,6 kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKt 28,2 g Bj 30,6 g sól 4,6 g calky 97,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Budyn 250ml, guszcza 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKt 27,7 g Bj 35,2 g sól 5,3 g calky 55,1 g
CUKRYCOWA	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynki 50g, pasztecik 50g, ogórek 70g, kisiel owocowy 1 szt., jajo 1 szt.	Kalorio gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wiśniowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy, cukrzy bez soli - jajo got. 1 szt., twaróg ziołowy, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 324,4 g NKt 30,2 g Bj 30,9 g sól 5,8 g calky 98,1 g
WĄTROBOWA	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa sardynki 50g, pasztecik 50g, mas owocowy 1 szt., jajo gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g, miódna 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 324,4 g NKt 30,2 g Bj 30,9 g sól 5,8 g calky 98,1 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, jajo gotowane 1 szt, scharb wp. 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Barszcz czarny 300ml, kasza perzack 16g, gotowany scharb 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.</p>	<p>en 2125, 5 kcal, B 105, 4 g T 68, 8 g W 289, 5 g NKT 25, 1 g Bf 25, 2 g sól 5, 1 g cukry 109, 4 g T</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa ciubem 200ml, chleb zwykly 90, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztec wp. 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, Hest saliny</p>	<p>Barszcz czarny ze śmietaną 300ml, kasza perzack 200g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb ryz 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polewka sopočka 50g, twarog żółty 50g, sur. z ogorka i saliny lodowy w sosie żółtym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.</p>	<p>en 2211, 8 kcal, B 98, 5 g T 83, 5 g W 342, 4 g NKT 32, 5 g Bf 31 g sól 5, 9 g cukry 96, 9 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

Bf - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

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

Mleko (część z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, kawa zboz. z mlekiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serek topiony, twarog żółty, jogurt owocowy, sos żółty - ogrodowy, pasztec wp. Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna na mleku, kawa zbozowa wędliny, kiełbasa krakowskapsasztec wp., konserwa suwalska, blok mielony, sznka mięsa w sosie chrzanowym, scharb w sosie

Seler- barszcz czarny, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, pasztec wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - żółty, suwalska

Soja i produkty pochodne – wałec ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polewka sopočka, blok mielony, sos ogrodowy - żółty, suwalska

Gotczyca- konserwa suwalska, polewka sopočka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztec wp.

Jaja- jajo got.

# WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 16.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Zaociekta 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 50g, twaróg z cebulą 70g, sur. coloslaw 80 g, gruszka 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
<b>lekkostrawna</b>	Zaociekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw: 60g, mix tl: 10g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie wiatrym 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 suwalski 50g, twaróg żółty 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	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
<b>dzieci do lat 3</b>	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zaociekta na mleku 200ml, srynka z pierśi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie wiatrym 60g, buraczki 60g, marchew z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herbata 200ml, ciasto zw: 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, 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
<b>dzieci starsze</b>	Zaociekta na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw: 90g, masło (82%) 15g, srynka z pierśi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2419,6 Kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 325,5 g NKT 31,2 g Bt 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
<b>cukrzykowa</b>	kawab/cukru 200, chleb razowy 100 mix tl: 10, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, żyłowska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie wiatrym 60g, sur marchewki z chrzaniem 120g, sur. z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, twaróg żółty 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2212,6 Kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g Bt 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
<b>wątrobowa</b>	Zaociekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa z mlekiem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, twaróg żółty 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2000,6 Kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g Bt 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g
<b>bezglutenowa</b>	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	Ziemiażona 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl: 10g, twaróg żółty 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2000,6 Kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g Bt 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

<p><b>przy niedokrwistości</b></p>	<p>Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, bułka pszczenna 1szt., chleb zw. 90g, mix tl. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty</p>	<p>razowy 80g, mix tl 10g, tyrolska 60 g</p>	<p>Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszczenna 1szt, mix tl.15g, przysmak suwalski 50g, twarożek ziółowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt</p>	<p>en 2417,6 kcal, B 92,3 g T 80,9 g W 321,5 g NKT 30,2 g Bt 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g</p>
<p style="text-align: center;"><b>Wykaz składników alergennych w „Jadospisie w dn. Wtorek II”</b></p> <p style="text-align: center;">en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bt – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekem, jogurt, twarożek z cebulą, twarożek ziółowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulą, pulpet,WP, kawa z mlekem, wędliny; szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Soja   produkty pochodne – wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Gorzczyca- wędliny: pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Jaja—stek, pulpet</p>					

# ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 17.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, młk tł. 15g, pasztecik 50g, serdusiek 1 szt., zółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakka ziemniaczana 250g, surówka z kiszconej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbozowa z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, młk tł. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dzem 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2483,9kcal, B 89,9 g T 97,1 g W 376,8 g NKT 35,5 g bl 26,3 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
<b>lekkostrawna</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, młk tł. 10g, pasztecik 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałat, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, młk tł. 10g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bl 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztecik 30g, poledwica drobiowa 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 10g, ser biały półtusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,3 g bl 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
<b>dzieci starsze</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, pasztecik 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,3 g bl 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
<b>cukrzykowa</b>	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztecik 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałat, ogórek 70g, cukrzyk 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 kiszconej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bl 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
<b>wątrobowa</b>	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasztecik 50g, poledwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arbuz 120g, kompot 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, ser biały półtusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bl 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

<p><b>bezglutenowa</b></p>	<p>Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix. tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki 120g, kompot 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150ml</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix. tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2055,3 kcal B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g bi 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix. tl. 15g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix. tl. 10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g</p>	<p>Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, arhuz 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix. tl. 15g, szynka barminta 50g, jajo gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>en 2654,7 kcal B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g bi 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g</p>	
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sól – sól cukry - cukry</p> <p><u>Wykaz składników alergennych: w. Jadalność w dn. Środa II</u> Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix. tl., kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, pasztec, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, ser żółty, polędwica drobiowa Zboża zawierające gluten– pieczywo, kawa inka z mlekiem, herbataiki, kawa zbożowa, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta Gorczyca– wędliny: pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barminta Jajo – jajo got. 1 szt., babka ziemniaczana,</p>						

# CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 18.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, serderek 1szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątróbka drożdżowa duszona z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, surówka z czernuchy i kapuśy 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, twarógzek z cebulką i szczyptorkiem 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2543,3 kcal, B 101,3 g T 81,9 g W 331,9 g NKT 30,6 g Bł 22,9 g sól 8 g cukry 96,7 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, serderek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 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, twarógzek z zieleni 50g, szynka z pierśi 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 23,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2%, 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopočka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalfior na parze 120g, mis owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, twarógzek z zieleni 30g, liść sałaty, arbuz 100g	en 2557,3 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
<b>dzieci starsze</b>	kasza manna na 2%, 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopočka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopty 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kalfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, twarógzek zielony 70g, liść sałaty, arbuz 100g	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 78,6 g W 288,4 g NKT 29,8 g Bł 27,7 g sól 5,5 g cukry 99,4 g
<b>cukrzykowa</b>	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzycz bez soli – jajo goto 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowitaminowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 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. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarógzek zielony bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,0 g NKT 27,4 g Bł 23,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serderek 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalfior na parze 120g, mis owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarógzek zielony bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	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
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Zmięczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt, mix tł. 10g, twarógzek zielony 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

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix 11,5g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, mix 11,10g, jajko got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ml, kasza pieczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt. mix 11,5g, twaróg zielony 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, arbuż 100g, liść saliny</p>	<p>en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g bl 26,5 g sol 6,3 g cukry 99,4 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en – wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bl – błonnik sol – sól cukry - cukry</p> <p><u>Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Czwartek 11</u></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł. masło 82%, kawa z młkiem, serdelek, kiełbasa suwalska, twaróg zielony, kefir, herbatniki, serek homogenizowany Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z młkiem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierś kurczaka, biszkopty Seleń- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierś kurczaka Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopty Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierś kurczaka</p>						



# PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 19.07.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur. z kapsuły białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKt 37 g Bt 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
<b>lekkostrawna</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 10g, jajko 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKt 26,1 g Bt 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, maślo (82%), jajko gotowane 1 szt, ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki 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	Biszkopki 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, serek 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 Bt 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
<b>dzieci starsze</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, jajko gotowane 1 szt, dżem 1 szt.,ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur. z kapsuły białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopki 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tł.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 Bt 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, jajko 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 kapsuły białej 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, twaróg z ziołami 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKt 29,1 g Bt 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
<b>wątrobowa</b>	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, bułka z 2 jaj, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez sm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKt 25,1 g Bt 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajko gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł.10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 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 Bt 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajko gotowane 1 szt., dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszką 1 szt., pomidor 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl.10g, ser biały 50g, ogórek 70g</p>	<p>Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1 szt mix tl. 15g, twaróg z ziobami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tunczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g</p>	<p>en 2446,3 kcal B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g Hf 30,5 g sól 5,6 g cukry 102,1 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B - białko ogółem T - tłuszcz W - węglowodany ogółem NKT - nasycone kwasy tłuszczowe Hf - błonnik sól - sól</p> <p><u>cukry - cukry</u></p> <p><u>Wskaz składników alergicznych w Jadalnisie Piatek II</u> Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbozowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek waniliowy, ser żółty Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz owsiane na mleku, kasza jęczmienna, biskopki Selar- zupa pomidorowa, hummus Jajka- jajko got., dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biskopki Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tunczykiem Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe</p>						

# SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 20.07.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, paszlet wp. 70g, szyńka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińnik 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 tl 15g, szyńkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści 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 Bt 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, paszlet wp. 50g, szyńka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		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 mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa suwałska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g Bt 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, paszlet 30g, szyńka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zhożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1 szt., szyńka 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 Bt 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zhożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% , paszlet wp. 50g, szyńka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusińnik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuści pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt., sok	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szyńka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g Bt 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zhożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, paszlet wp. 50g, szyńka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyk bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapusińnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuści pekińskiej 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 suwałska 50g, cukrzyk 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 Bt 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, paszlet wp. 50g, szyńka 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 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwałska 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 Bt 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryzowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 1g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur. z kapsuły pekinińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryzowe 4szt., mix tł. 10g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g Bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1szt., mix 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, peccak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapsuły pekinińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix. tł. 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, 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 alergennych, w Jadalnisie Sobota II**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z makiem, pasztet wp, szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

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

Soja i produkty pochodne – waflle ryzowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

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

Jajka- jajko gotowane

# NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 21.07.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiernem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dzem 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 mlektem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 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 bJ 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
<b>lekkostrawna</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50, polędwica 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 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bJ 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%/10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukiernem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopočka 30g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 25g, serrek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynka z pierśi 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 bJ 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiernem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mnis 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	biszkopty 30 g, serrek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tl. 15 g, szynka z pierśi 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 bJ 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
<b>cukrzykowa</b>	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajko got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sus. z kiszanej kapuśy 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, jajko 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 bJ 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
<b>wątrobowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtłusty 50g, polędwica sopočka 50g, dzem 1 szt., mnis 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 mlektem 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 322,1 g NKT 28 g bJ 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g

	<p><b>bezglutenowa</b></p> <p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbatn 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>Sok owocowy 200ml</p>	<p>Zmięczona bezsmacny 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml</p>	<p>Kefir 150ml</p>	<p>Herbatn 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl.10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bł 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g</p>
<p><b>przy niedokrwistościach</b></p>	<p>Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g., mix tl.15g, ser żółty 50g, polędwica sopska 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 60g., mix tl.10g, krakowska 50g, pomidor 50g</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza jęczmieńna 200g, duszony schab wp. w sosie wanilowym 60g, buraczki 120g, brokol gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml</p>	<p>Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tl. 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść salaty, pomidor 70g</p>	<p>en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g Bł 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g</p>	

**Oznaczenia wskaźników odżywczych:**

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - masywne kwasy tłuszczowe

Bł - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

**Wykaz składników alergeny: w jadłospisie w dn. Niedziela II**

Mleko (szczególnie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl., 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, sopska, szynkowa, smazony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkipy

Sefer- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopska

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

Gończyca- wędliny: krakowska, blok mięsny

Jajko-jajko, biszkipy