

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 18.12.2023 r.

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 1,5g, twaróg ze szczypiorkiem 70g, kiebasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, duszona szniela mięsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,5, polędwica sopočka 50g, serek topiony 2 szt., sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, pomidor 50g	en 2486,8 kcal, B 86,5 g T 93,5 g W 331,5 g NKT 32,7 g Bt 41,2 g sól 5,8 g cukry 99,2 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,5g, twaróg ze szczypiorkiem 70g, kiebasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,0g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2541 kcal, B 99,4 g T 94 g W 331,9 g NKT 26,7 g Bt 34,8 g sól 3,8 g cukry 103,5 g
parpikowa	Jak lekkostrawna (chleb zw 90), konserwa sowańska mielona 50g, kiebasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw 90g), polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2360,5 kcal, B 100,3 g T 96,5 g W 330,5 g NKT 23,6 g Bt 29,7 g sól 4,6 g cukry 96,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,0g, konserwa sowańska mielona 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budni 150 ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 50g, liść salny, jogurt owocowy 1 szt.	en 1166,5 kcal, B 60,6 g T 20,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 87,9 g
wzrostowa	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,0g, konserwa sowańska mielona 50g, kiebasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budni 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160 g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica sopočka 50g, mielona 50g, twaróg ziolowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2492,7 kcal, B 109,7 g T 98,6 g W 365,5 g NKT 22,6 g Bt 24,9 g sól 4,5 g cukry 120,5 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,0g, papro gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,0g, ser biały półtłusty 70g, gotowany burzak 1 szt., sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2149,5 kcal, B 105 g T 55,3 g W 298,7 g NKT 22,8 g Bt 25,8 g sól 3,7 g cukry 99,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,5g, krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budni 250ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł 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 1,5, polędwica sopočka 50g, dżem 20g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 1,0g, konserwa sowańska 50g, papreczki wp. 50g, ogórek 70g, liść salny (cukier Bt 5,0g i szt.).	Kalior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 1,0g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy (cukier bez soli - jogurt 1 szt., twaróg ziolowy), sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, papryka 50g	en 2114,2 kcal, B 94,4 g T 67,2 g W 292,7 g NKT 15,9 g Bt 43 g sól 4 g cukry 37,6 g

wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 210ml, bułka pszenna 1 szt., chleb raz 60g, konserwa suwińska 50g, paszlet wp 50g, mas owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany szałw mielony w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2299,5 kcal, B 94,6 g T 72,9 g W 318,9 g NKT 20,1 g Bt 25,4 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 210ml, bułka pszenna 1 szt., chleb raz 60g, jajo i ser żółty, kaszka krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml		en 1512,5 kcal, B 67,2 g T 57,4 g W 169 g NKT 18,4 g Bt 16 g sól 2,6 g cukry 65,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2%, 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, szałw wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany szałw 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, wafile ryżowe 45zł, mix tl 10g, sur biały półtłusty 70g, gotowany barczak 1 szt, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 288,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedożywieniach	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa wp 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, konserwa suwińska 50g, paszlet wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g ser żółty 50g, liść salaty	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb raz 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, polędwica sopocka 50g, twaroż ziołowy 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2700,1 kcal, B 108 g T 91,6 g W 100,2 g NKT 27,8 g Bt 37,8 g sól 6,9 g cukry 95,7 g

Oznaczenia składników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - niemaszynowe kwasy tłuszczowe

Bt - błonnik

II

Mleko (tęcznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlekem, mieszanka mleczna, ser żółty, ser biały, barszcz ze śmietaną, budyń, serek topiony, twarożek ziołowy, jogurt owocowy

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowskaspaszlet wp., konserwa suwińska, szałw

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwińska, blok mielony, paszlet wp, kiełbasa krakowska, , kotlety ziemniaczane, sos ogrodowy, suwińska

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

Gorczyca- konserwa suwińska, polędwica sopocka , blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszlet wp.

Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 19.12.2023 r.

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. 50g, chleb razowy 50g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix salat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, serek 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, szynka 70g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 274,3 kcal, B 90,2 g T 110,5 g W 364,6 g NKT 22,7 g bi 33,2 g sól 3,5 g cukry 94 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb av. 90g, mix tl. 10g, rolaśka faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść salaty		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 av. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 237,6 kcal, B 100,4 g T 79,5 g W 310,1 g NKT 29,2 g bi 27,5 g sól 5,8 g cukry 104,4 g
papkowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb av. 90g, mix tl. 10g, rolaśka faszerowana mielona 50g, szynka konserwowa mielona 50g, liść salaty, 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 suwański - mielony 50g	en 2198,7 kcal, B 102,6 g T 66,2 g W 329,9 g NKT 23,3 g bi 29,7 g sól 4,8 g cukry 96,8 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa / cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka / piersi kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść salaty	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.	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1225,5 kcal, B 64,3 g T 21,4 g W 181,3 g NKT 12,3 g bi 15,4 g sól 3,1 g cukry 89,3 g
wyrzodowa	Jak papkowa	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 suwański mielony 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2567,5 kcal, B 109,1 g T 71,9 g W 365,3 g NKT 23,1 g bi 25,5 g sól 4,5 g cukry 119,6 g
niskosodowa	Zacierka 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 salaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb av. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg ziołowy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt.	en 2049,5 kcal, B 106,1 g T 55,1 g W 298,6 g NKT 22,8 g bi 25,4 g sól 3,7 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb av. 90g, masło (82%) 15g, szynka / piersi kurczaka 70g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, serek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 26,3 g bi 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzykowa	kawał cukru 200, chleb razowy 100 mix tl 10, rolada faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, żyłska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycki 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 suwalski 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 1szt, rolada 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 1szt., przysmak suwalski mielony 50g, twarożek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2279,4 kcal, B 92,5 g T 74,6 g W 321 g NKT 20,7 g bi 25,3 g sól 3,8 g cukry 91,1 g
dzieci bezmleczna	Zaciekta na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 60g, szynka z pierś kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 10g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycki w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 30g, schab gotowany 30g, gruska 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 10g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indycki bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt, mix tl 10g, twarożek żółtawy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2190,5 kcal, B 112,7 g T 68,9 g W 284,3 g NKT 24,1 g bi 26,6 g sól 4,8 g cukry 107,2 g
przy niedokrwistości	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw 90g, mix tl 15g, rolada faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tl 10g, żyłska 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 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 99,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nielasydowe kwasy tłuszczowe

bi - błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalności w dn. Wtorek II

Mleko (łącznie z laktozą) - zacierki na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, mieszanka płynna, twarożek z cebulką, twarożek żółtawy, kefir, ser żółty, ser rożek Hochland

Zboża zawierające gluten - zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet wp, Jawa z mlekiem, wędliny, szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, mieszanka mleczna, pulpet z indyka, kotlety

Seler - wędliny: szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska,

Soja i produkty pochodne - waflle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, rolada faszerowana, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska,

Gorczyca - wędliny: rolada faszerowana, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska,

Jaja - stek, pulpet

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 20.12.2023 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 5g, pasztec 50g, seradek 1 szt., dół ser 30g, pomidor koktajlowy 20g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surowka z kiszzonej 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 tl 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2769,4 kcal. B 90,2 g T 97,3 g W 386,6 g NKT 28,1 g bi 37,6 g sól 5,4 g cukry 109,4 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 10g, pasztec 50g, polewica drożdżowa 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 tl 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2246,8 kcal. B 105,3 g T 75,1 g W 305,1 g NKT 27,1 g bi 26,3 g sól 5 g cukry 105,6 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw 90g), pasztec 50g, polewica drożdżowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 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	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztec 30g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 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 barmnika 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 13,9 g sól 3,4 g cukry 90,4 g
wrzodowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, pasztec 50g, polewica drożdżowa 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 tl 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2619,3 kcal. B 110,1 g T 69,4 g W 317,2 g NKT 22,9 g bi 22,4 g sól 3,9 g cukry 128,6 g
miskosodowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 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 tl 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2112,7 kcal. B 106,7 g T 79,9 g W 317,6 g NKT 22,7 g bi 25,3 g sól 3,5 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 5g, pasztec 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyń 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 barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2478,5 kcal. B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 24,3 g bi 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 150g, mix tl 10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, fileś szalony, ogórek 70g, cukier c. bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmieńna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2456,7 kcal. B 126,1 g T 87,2 g W 376,1 g NKT 21,7 g bl 39,3 g sól 6,9 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, fileś szalony, 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 półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2406,8 kcal. B 92,6 g T 74,9 g W 329,3 g NKT 19,1 g bl 24,7 g sól 3 g cukry 93,8 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, fileś szalony, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmieńna 160g, schab w sosie własnym 60 g, surówka z kiszzonej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, dzieci banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., jajko got. 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1309,3 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, jajko 1 szt., fileś szalony, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 250ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2152,5 kcal. B 110 g T 67,9 g W 293,6 g NKT 24,9 g bl 25,3 g sól 5,1 g cukry 113,6 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, fileś szalony, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, kurczak got. 60g, 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 1szt, mix tl 15g, szynka barmnika 50g, jajko gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2463,7 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 – nienasyczone kwasy tłuszczowe

bl – błonnik

Wykaz składników alergennych w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana

Zboża zawierające gluten - pieczywo, kawa i nka z mlekiem, herbata niki, kawa zbożowa, miesz. mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

Seier- zupa ryżowa, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

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

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

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 21.12.2023 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 1szt., mix tl.15g, kiłbasa suwalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warzywna 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 młkiem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, twaróg z cebulą i szczyporkiem 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 263,1 kcal, B 111,6 g T 92,7 g W 347,7 g NKT 24,7 g Bł 30,5 g Bł 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 tl.10g, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, 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 młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 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 Bł 28,1 g sól 5,2 g cukry 119,1 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw.50g), serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg z ziołowy 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2396,9 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	biskopcy 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbaniń 25g, serce homogenizowany 1 szt.	Herbata 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 pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, mix tl.10g, szynka z pierś kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1szt., 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
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż z młkiem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.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	biskopcy 30g, pomarańcz 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbaniń 25g, serce homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i młkiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.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 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
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyk bez soli – jajo goto, 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 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 tl. 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 zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdielek 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, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., twarożek ziołowy bez soli 50g, ryżna z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2286,9 kcal, B 92,6 g T 74,1 g W 325,5 g NKT 20,5 g bj 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, serdielek 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 bj 16,1 g sól 2,9 g cukry 66,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 50g, mix tł. 10g, jajko 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemiaczka 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskięj z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4 szt, mix tł. 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 bj 25,4 g sól 3,8 g cukry 120,9
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 15g, szynkowa 50g, serdielek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajko 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. pekińskięj z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 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 bj 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 – nienasyczone kwasy tłuszczowe

bj – błonnik

Wykaz składników alergennych w Jajospisie w dn. Czwartek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł, masło 82%, kawa z mlekiem, serdielek, kiełbasa suwalska mies. pyrna, twarożek ziołowy, ciasto drożdżowe, kefir

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanika pyrna, kiełbasa suwalska, serdielek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, ciasto drożdżowe, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

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

Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, serdielek, kiełbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa

Jajka - ciasto drożdżowe, rosół z makaronem, kotlety sojowe panierowane

Gorczyca- serdielek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 22.12.2023r.

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 kapusty białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 50g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.	en 2541,3 kcal, B 112,2 g T 95,5 g W 300,2 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, 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 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z uńczykiem 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 24,3 g sól 4,2 g cukry 300,2 g
papkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 50g, pasta z jaja z masłem 50g, ser biały 70g, dzem 1 szt., pomidor 70g, jabłko 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 1 szt., masło (82%) 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galettka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biszkopity 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek waniliowy 1 szt., ser żółty 50g, jabłko 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
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane mielone 1 szt., dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/śm 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopity 30g	Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt., liść sałaty, sałatka ryżowa z uńczykiem 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
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt., liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2225,7 kcal, B 103,3 g T 65,5 g W 370,7 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.	Galettka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapusty 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 1 szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, ser żółty 70g, liść sałaty, jabłko 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

cukrzynowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapuszy białej 120g, sur z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	chleb razowy 30g, białko mielony 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, twaróg z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	B 120,4 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, batka 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 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 1 szt., chleb zw 60g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., masło orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa bez smie 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 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 3,5 g cukry 91 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2224,5 kcal, B 112,4 g T 68,2 g W 2903,4 g NKT 23,1 g bł 25,1 g sól 3,9 g cukry 120 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł 15g, jajo gotowane 1szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tł 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tł 15g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść 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 - nienasycone kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalnisie Piatek II

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

Seier- zupa pomidorowa, kotlet rybny, szynka śniadaniowa

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

Ryby- kotlet rybny, pulpet rybny

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

Gorczyca- kotlet rybny, szynka śniadaniowa

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 23.12.2023r.

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, paszlet wp 70g, szynka 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, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuśni 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 Bt 30,1 g sól 5,6 g cukry 92,6 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl10g, paszlet 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 kapuśni 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 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 Bt 29,2 g sól 5,2 g cukry 103,2 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tl10g, chleb zw 90g, paszlet wp 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, konserwa 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 Bt 25,6 g sól 4,5 g cukry 97,9 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt, masło 82% 10g, paszlet 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 1 szt, szynka z piersi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1403,1 kcal, B 64,9 g T 24,5 g W 190,9 g NKT 15,1 g Bt 15,1 g sól 3,4 g cukry 89,8 g
wirzodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tl10g, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet wp 50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix 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 Bt 24,9 g sól 4,3 g cukry 127,4 g
niskosodowa	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., kiszoną ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuśni pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, jajko got. 1 szt, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2307,9 kcal, B 110,6 g T 60,9 g W 99,9 g en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., masło 82%, paszlet wp 70g, szynka konserwowa 70g, 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 kapuśni pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z piersi kurczaka 70g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	

cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, pasztet wp 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyz bez soli - scharb gotowany 50g, ser biały 50g	faska szparagowa gotowana 100g	Kapusiak 300ml, peczak 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 wielowarzywny 150 ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa suwalkska 50g, cukrzyz bez soli - scharb gotowany 50g, lisz salaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2679,9 kcal, B 118,6 g T 87,6 g W 270,4 g NKT 22,7 g bł 40,5 g sól 6,9 g cukry 99,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp 50g, szynka konserwowa 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chlopska 300ml, peczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboz z makiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwalkska 50g, lisz salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2338,3 kcal, B 90,7 g T 74,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g bł 26,9 g sól 3,9 g cukry 91,8 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roslonym 250 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chlopska 300ml, peczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, szynka z p kurczaka 50g, lisz salaty, deer sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1307,5 kcal, B 105,2 g T 95,5 g W 310,7 g NKT 26,5 g bł 15,5 g sól 4,4 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryzowe 45zt., mix tl 10g, ser biały półtusty 50g, scharb gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczaka gotowane 90g, sur z kapuszy pekiskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryzowe 45zt., mix tl 10g, jajo got 1 szt, lisz salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2285,5 kcal, B 115,6 g T 68,8 g W 280,9 g NKT 22,2 g bł 26,7 g sól 4,9 g cukry 120,6 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboz 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, jablko 1 szt., mix salat	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chlopska 300ml, peczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur z kapuszy pekiskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboz z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix. tl 15g, konserwa suwalkska 50g, lisz salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2810,1 kcal, B 105,3 g T 96,9 g W 108,7 g NKT 28,7 g bł 39,5 g sól 6,7 g cukry 104,2 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en – wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nielasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jadalospisie Sobota II

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska,, kawa zbożowa z makiem, ser biały półtusty, ser żółty,kefir 1 szt

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku ,mieszanka płynna, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z makiem, mieszanka płynna, polędwica sopocka , serdelek, pasztet wp., marchewka oprószona, polędwica sopocka , serdelek, konserwa suwalkska, pasztet wp, szynka konserwowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler- zupa chłopska , kapuśniak, polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwalkska, pastet wp., polędwica sopocka, szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne –wafle ryzowe, serdelek, konserwa suwalkska, pasztet wp., polędwica sopocka, szynka konserwowa

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

Jajka- knedle z owocami, jajo gotowane, placki ziemniaczane

SZPITAL WOJEWÓDZKI 24.12.2023 WIGILIA

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 t. 10g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Krupnik 300ml, pieczak 160g, smazony dorsz w jajku 90g, sur. z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigiliiny 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, śledź w oleju 80g, ryba po grecku 80g, kapusta z grzybami 100g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml	en 2685,3 kcal, B 86,5 g T 109,2 g W 311,1 g NKT 39,63 g bi 36,91 g sól 13,25 g cukry 85,8 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigiliiny 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem i bakaliami 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2254,6 kcal, B 97,5 g T 73,9 g W 290,1 g NKT 34,6 g bi 27,9 g sól 5,6 g cukry 103,1 g
pakowata	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigiliiny 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2260,5 kcal, B 96,3 g T 65,5 g W 320,3 g NKT 23,6 g bi 29,7 g sól 4,7 g cukry 96,9 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, pasta jajeczna 30g, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Mus owocowy 1 szt., chrupki kukurydżane 16 g	Krupnik 200ml, kasza pęczak 100g, smazony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, gruszka 1 szt.	Barszcz wigiliiny 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, szynka z pierś kurczaka 20g, ryż z makiem 100g, kisiel 200 ml, pomarańcz 100g	en 1056,5 kcal, B 56,6 g T 20,5 g W 175,5 g NKT 15,2 g bi 14,6 g sól 2,8 g cukry 89,9 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, marchewka gotowana 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Jak lekkostrawna	en 2392,7 kcal, B 105,7 g T 67,6 g W 355,5 g NKT 34,6 g bi 24,9 g sól 5,6 g cukry 120,5 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Barszcz wigiliiny 200ml, chleb zw. 90g, mix t. 10g, ryba w galarecie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2049,5 kcal, B 101 g T 54,3 g W 286,7 g NKT 25,8 g bi 25,8 g sól 3,7 g cukry 99,1 g

dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.120g, masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Mus owocowy 1 szt., chipski kukurydziane 30 g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g, gruszka 1 szt.	Barszcz wigiliijny 200ml, chleb zw.90g, masło 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, kapuśa z grzybami 100g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	B 104,6 g T 95,3 g W 297,7 g NKT 33,2 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Kefir 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz.bez soli -	Barszcz wigiliijny 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, ryba w galercie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel b/c 200ml, pomarańcz 100g	en 2014,2 kcal, B 90,4 g T 66,2 g W 281,7 g NKT 25,6 g bł 43 g sól 4,5 g cukry 37,6 g
wątrobowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, biała z 2 jaj, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigiliijny 200ml, chleb zw.90g, ryba w galercie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2199,5 kcal, B 90,6 g T 71,9 g W 207,9 g NKT 20,1 g bł 25,4 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
bezmleczna/ dzieci b/m	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Krupnik 300ml,kasza pęczak 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflę ryżowe 2szt	Jak wątrobowe/ dzieci szynka z piersi kurczaka 30g, ryż z makiem 100g, kisiel 200 ml, pomarańcz 100g	en 1412,5 kcal, B 65,2 g T 56,4 g W 177 g NKT 18,4 g bł 16 g sól 2,6 g cukry 65,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Żmianaczana 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Waflę ryżowe 2szt	Barszcz wigiliijny 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tł.10g, ryba w galercie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2125,5 kcal, B 101,4 g T 67,8 g W 278,5 g NKT 25,1 g bł 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedokrwistości ach	Makaron na mleku 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.120g, mix tł.15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	chleb razowy 80g, mix tł.10g, jajo got. 1szt., papryka 50g	Krupnik 300ml, kasza pęczak 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Barszcz wigiliijny 200ml, chleb zw. 120g, mix tł.15g, ryba w galercie 80g, ryż z makiem 100g, kisiel 200ml, pomarańcz 100g	en 2600,1 kcal, B 104 g T 90,6 g W 287,2 g NKT 27,8 g bł 37,8 g sól 6,9 g cukry 99,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik,**Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. niedziela 2**

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, zupa obiadowa,mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, kopytka z masłem

Zboża zawierające gluten: szczawiowa, kalfiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskopcy, kawa linka z makiem, mieszanka młeczna, szynkowa, kopyrka z masłem, makaron na mleku

Seler- zupa krupnik, szynkowa, kapusta z grzybami, borszcz węgierski
Soja i produkty pochodne- wafile ryżowe, deser sojowy

Jajko- jajko got., biskopcy, pasta jajeczna, kopyrka z masłem, dorsz w jajku

Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, ryba w galarecie, śledź z cebulką