

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 29.01.2024 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. 10g, twarożek ze słc/porzek 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszon ogórek 70g, papryka 50g, jablko 1 szt.		Baraszc czarny 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona szulka młsa wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka50g, serok topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 30g	en 2437,3 kcal B 98 g T 83,3 g W 34,16 g NKT 32,1 g B 38 g sól 5,8 g cukry 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., 10g, konserwa sardynka 50g, paprecz wp. 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt.		Baraszc czarny 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 30g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.	en 2401,8 kcal B 97,5 g T 82 g W 34,19 g NKT 31,6 g B 30,8 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
parpkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw.90), konserwa sardynka młelona 50g, kiełbasa krakowska 50g, jablko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Baraszc czarny 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szałw młelony w sosie koperkowym 60g, marchewki gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw.90g), polędwica sopočka 50g młelona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2337,8 kcal, B 97 g T 75,4 g W 332,9 g NKT 27,9 g B 28,9 g sól 5,3 g cukry 95,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%)10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruska 1 szt.	Baraszc czarny ze śmietaną 200ml, kasza, pieczak 100g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, Hiś sałaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g B 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
wizodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, konserwa sardynka 50g, kiełbasa krakowska młelona 50g, jablko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150ml	Baraszc czarny bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160 g, gotowany szałw młelony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica sopočka 50g młelona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2537,8 kcal, B 98,8 g T 75,8 g W 359,9 g NKT 28,3 g B 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt, szałw gotowany 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboz. z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser tudy półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2187,8 kcal, B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKT 26,6 g B 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, krakowska 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruska 1 szt.	Baraszc czarny 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydżane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboz. z młkiem 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 2256,5 kcal, B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKT 28,2 g B 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynka 50g, pieściel wp. 50g, ogórek 70g, Hiś sałaty i cukrz b/s jajo 1 szt.).	Kalafior gotowany 100g	Baraszc czarny bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydżane 30g	Kawa zboz. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twarożek ziołowy, (cukrzy- bez soli - jajo got. 1 szt., twarożek ziołowy), sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKT 27,7 g B 35,2 g sól 5,3 g cukry 55,1 g

wątrobową	Kawa pieczona na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb raz 60g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp 50g, maso owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, chipsy kukurydżane 1g	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 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKT 30,2 g B 30 g sól 5 g cukry 98,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza pieczona na mleku: wstłym 250 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb raz 60g, jajo 1 sztka, kielbasa kaszowska 50g, ogorek 70g, jabłko 1 szt., maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gnatka 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, chipsy kukurydżane 1g	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 1256,5 kcal, B 61,4 g T 48 g W 185,5 g NKT 12,9 g B 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab wp 50g, jabłko 1 szt., ogorek 70g, maso owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl. 10g, sur biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 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 289,5 g NKT 25,1 g B 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedobrowistościach	Kasza pieczona na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, octem 200ml, chleb raz 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp 50g, jabłko 1 szt., ogorek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, sur żółty 50g, łuski salsy	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany schab 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, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g B 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – mienasycone kwasy tłuszczowe
B – błonnik

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II
Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlekiem, , mieszanka mleczna, ser żółty, ser biały, barszcz ze śmietana, budyn, serek topiony, twarożek ziołowy, jogurt owocowy
Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, , pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kielbasa krakowskaspasztecik wp., konserwa suwalska, blok mielony, mieszanka mleczna, sznita mięsa w sosie chrzanowym,
Schab w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ogrodowy, suwalska
Seler- barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, pasztecik wp, kielbasa krakowska, , kotlety ziemniaczane, sos ogrodowy, suwalska, zraz mielony wp.,gotowany 60 g w sosie własnym
Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, ,sos ogrodowy, suwalska
Gorczyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztecik wp.
Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 30.01.2024 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. 30g, chleb razowy 30g bułka pszenna 1 szt, mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z 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 tł. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2424,7 kcal, B 91,2 g T 81,5 g W 339,4 g NKT 31,6 g bł 33,2 g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix tł. 10g, rolaśka faszerowana 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g bł 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
papkowata	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, rolaśka faszerowana mielona 50g, szynka konserwowa mielona 50g, liść sałaty, melon 100g		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), przysmak suwański - mielony 50g	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g bł 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka 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 własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1356,5 kcal, B 63,6 g T 48,5 g W 188,5 g NKT 13,4 g bł 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
wrzodowa	Jak papkowata	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, przysmak suwański mielony 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2399,6 kcal, B 90,4 g T 79,7 g W 320,5 g NKT 29,2 g bł 27,6 g sól 5,4 g cukry 88,4 g
niskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70 g, sechb gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2026,6 kcal, B 88,3 g T 66,7 g W 300,5 g NKT 26,2 g bł 27,5 g sól 4,5 g cukry 83,4 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka 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 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g bł 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g

cukrzykowa	kawa/cukru200,ciężb razowy1 00 mix tł.10, rolađa faszerowana 50g, szynka konservowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, twarożka 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie włoszym 60g, sur marchewki z czirzaniem 120g, sur, z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, przysmak suwałski 50g, twarozek żółtawy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2419,6 kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 325,5 g NKT 31,2 g bi 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Zaciekła na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, rolađa faszerowana 50g, szynka konservowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekian 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., - przysmak suwałski mielony 50g, twarozek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2212,6 kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g bi 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
dziedi bezmleczna	Zaciekła na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynka konservowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurudziane 16g + deser sojowy 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie włoszym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml, jabłko 1 szt.	Kawa zboż, 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 50g, schab gotowany 50g, gruska 1 szt., pomidor 50g	en 1150,6 kcal, B 80 g T 46,5 g W 179,9 g NKT 12,1 g bi 12,1 g sól 2,2 g cukry 41,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurudziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł.10g, twarozek żółtawy 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 bi 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g
przy miedokrwistości	Zaciekła na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.90g, mix tł. 13g, rolađa faszerowana 50g, szynka konservowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tł 10g, twarozka 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzawy bez cebuli 90g, buraczki 130g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekian 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, przysmak suwałski 50g, twarozek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2417,6 kcal, B 92,3 g T 80,9 g W 321,5 g NKT 30,2 g bi 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nielenasycone kwasy tłuszczowe

bi – białnik

Wskaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Wtorek II.

Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, miks tł., masło 82%, kawa z mlekian, jogurt, mieszanka płynna, twarozek z cebulką, twarozek z ogórkami, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, mieszanka mleczna, pulpet z indyka, kotlety

Mleko (łącznie z laktosą) - zacierki na mleku, miks tł., masło 82%, kawa z mlekian, jogurt, mieszanka płynna, twarozek z cebulką, twarozek z ogórkami, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, mieszanka mleczna, pulpet z indyka, kotlety

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

Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, chrupki kukurudziane, szynka konserwowa, rolađa faszerowana, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, kotlety

Gończyca- wędliny: rolađa faszerowana, szynka konserwowa, przysmak suwałski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, kotlety

Jajka –stek, pulpet

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 31.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., paszlet 50g, ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surówka z kiszonej 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 szuka, dżem 1 szt., szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2566,6 kcal, B 90,8 g T 99,6 g W 223,1 g NKT 35,8 g bi 31 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, paszlet 50g, polewica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bi 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), paszlet 50g, polewica drobiowa mielona 50g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bi 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, paszlet 30g, polewica drobiowa 30g, 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, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bi 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
wirzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, paszlet 50g, polewica drobiowa mielona 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Herbatniki 25g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2345,3 kcal, B 105,4 g T 75,2 g W 319,9 g NKT 29,2 g bi 26,4 g sól 5,3 g cukry 107,8 g
niskosodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 10g, pasz 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, scharb gotowany 50g, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2065,3 kcal, B 104,3 g T 67,1 g W 295,7 g NKT 26,1 g bi 26,3 g sól 4,5 g cukry 95,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, paszlet 50g, polewica 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, banan 1szt., 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, jablko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bi 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g

cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl 10g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzy bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko gotowane i szynka, szynka barmika 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 Bt 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z makiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, ser biały półtusty 70g, szynka barmicka 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 Bt 26 g sól 5 g cukry 96,5 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, krakowska 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, surówka z kiszonej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g/ dzieci banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboz 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., jajko got. 1 szt., szynka barmika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1257,5 kcal, B 61,1 g T 40,3 g W 179,5 g NKT 11,4 g Bt 15,1 g sól 3,3 g cukry 53,7 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafile ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszonej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2055,3 kcal, B 100,3 g T 66,1 g W 299,9 g NKT 24,1 g Bt 27,8 g sól 4,3 g cukry 99,5 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt,mix tl 15g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, 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 makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, szynka barmika 50g, jajko gotowane 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2654,7 kcal, B 110,1 g T 91,1 g W 103,1 g NKT 26,5 g Bt 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 — nielasydne kwasy tłuszczowe

Bt — bionnik

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktazą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z makiem, budyni, ser biały półtusty, mieszanka mleczna, pasztec, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa inka z makiem, herbatniki, kawa zbozowa, młecz, mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmika

Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmika

Gorczyca- wędliny: pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmika

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 01.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątrołka drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanym jabłkiem 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg z cebulą i szczyptą 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2525,2 kcal, B 111 g T 87,3 g W 329,5 g NKT 30,6 g bł 26,3 g sól 8 g cukry 96,7 g
lekkostrawna	Kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 10g, serdelek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pękniętej z marchwką 120g, kalerfor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twaróg z ziołami 50g, szynka z pierśi 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 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalerfor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2387,3 kcal, B 104 g T 75,4 g W 300,6 g NKT 27,2 g bł 25,1 g sól 5,1 g cukry 89,4 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalerfor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbanińki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, twaróg z ziołami 30g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
wrzodowa	Jak lekkostrawna, , serdelek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowarzywy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalerfor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, szynka z pierśi kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2409,3 kcal, B 107,1 g T 77,5 g W 309,6 g NKT 27,5 g bł 25,5 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
miskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, jajko 1 sztka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twaróg ziołowy bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2100,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 300,5 g NKT 24,2 g bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 91,4 g
dzieci starsze	Kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 30g, pomarańcza 100g,	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pękniętej z marchwką 150g, kalerfor na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbanińki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g

cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyk bez soli – jajo gogo. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wiśniowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarożek ziołowy 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g Bł 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kaliafor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml			Kawa zboż. z mlekiem 2% 210ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarożek ziołowy 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 310,6 g NKT 27,4 g Bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, sopočka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, mus owocowy 1 szt., kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, deser solowy 1 szt.	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1210,5 kcal, B 62,1 g T 48 g W 186,6 g NKT 12,2 g Bł 13,2 g sól 3,7 g cukry 50 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt, mix tł. 10g, twarożek ziołowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g Bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, jajo got. 1 szt., dżem 1 szt, piłyśka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwą 120g, kaliafor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, twarożek ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g Bł 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B — białko ogółem

T — tłuszcz

W — węglowodany ogółem

NKT — nienasycone kwasy tłuszczowe

Bł — błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalospisie w dn. Czwartek 11

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

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątroбка duszona, kawa zbożowa z mlekiem, mieszanika plynna, kielbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, ciasto drożdżowe, filet z kurczaka w

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

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

Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, serdelek, kielbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa

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

Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 02.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywczą i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, jajo 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 kapuśy 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, jablko 1 szt.	en 2456,3 kcal, B 99,6 g T 86,8 g W 324,8 g NKT 37 g bł 33,8 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt,mix tł.10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 37 g bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
papkowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, pasta z jaj z masłem 50g, ser biały 70g, dżem 1 szt., pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretka owocowa 150g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 15g, mus owocowy 1 szt.	Hefbat z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, serek waniliowy 1szt., ser żółty 30g, jablko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g bł 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
wzrostowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tł.10g, jajo gotowane mielone 1 szt., dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/sn300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biskopiy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, fillet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2266,9 kcal, B 99,6 g T 73,5 g W 307,1 g NKT 26,2 g bł 29,4 g sól 5,3 g cukry 100,2 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z zieleni 70g, fillet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2156,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 299,7,1 g NKT 26,1 g bł 29,3 g sól 5 g cukry 96,6 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt.,ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretka owocowa 200g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuśy białej 150g, sur: z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biskopiy 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, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g bł 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g

cukrzykowa	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapusty białej 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	chleb razowy 30g, białk mielony 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g bł 29,7 g sol 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, białka z 2 jaj, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa bez śm 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g bł 29,3 g sol 5,1 g cukry 97,6 g
dzieci bezmleczna	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, jajo gotowane 1 szt., dżem 1 szt., masłko orzechowe 50g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml, jabłko 1 szt.	Pomidorowa bez smię 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 tl 10g, hummus 50g, miód 1 szt, liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 1298,5 kcal, B 64,3 g T 49,1 g W 192 g NKT 13,1 g bł 16 g sol 4,2 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, gruszka 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa300ml, ziemniaki 200g,dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wafle ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarożek z zieleni 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,7,1 g NKT 26,2 g bł 30,3 g sol 5 g cukry 98,6 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, twarożek z zieleni 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2446,3 kcal, B 99,8 g T 86,5 g W 332,8 g NKT 28,8 g bł 30,5 g sol 5,6 g cukry 102,1 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en -wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nleasyczne kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych w Jadalospisze 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, mieszanka płynna, biskopcy, Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, kołiet ryżowy, pulpet ryżowy, kawa ińka z mlekiem, mieszanka płynna, biskopcy, kasza jęczmienna, szynka śniadaniowa

Seler- zupa pomidorowa, kotlet ryżowy, szynka śniadaniowa

Jajka- jajo got., kotlet ryżowy, pulpet ryżowy, szynka śniadaniowa

Ryby- kotlet ryżowy, pulpet ryżowy

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

Grzyby- kotlet ryżowy, szynka śniadaniowa

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 03.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, pasztet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińiak 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 zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuszi pekiskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2335,3 kcal, B 89,2 g T 76,2 g W 321,1 g NKT 27,4 g bł 50,3 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuszy pekiskiej 120g, mix warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, liśc salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tl.0g, chleb zw.90g, pasztet wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, konserwa suwalska mielona 50g, liśc salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2288,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 319,9 g NKT 27 g bł 26,4 g sól 9,3 g cukry 90,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt.,masło 82% 10g, pasztet 30g, szynka konserwowa 30g, jablko 1 szt,ogórek 70g, kawa zbozowa 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 1szt, szynka z piersi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liśc salaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
witkozodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tl.0g, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., pasztet wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, liśc salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2300,4 kcal, B 89,1 g T 74,3 g W 323,9g NKT 27 g bł 28,4 g sól 7,4 g cukry 93,3 g
niśkosodowa	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.0g, ser bialy polhussy 50g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuszy pekiskiej 120g, miz warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboz z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g,lejo got. 1 szt, liśc salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2005,6kcal, B 89,1 g T 64,3 g W 300,4 g NKT 25,3 g bł 26,2 g sól 4,5 g cukry 87,3 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusińiak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuszy pekiskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboz z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z piersi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liśc salaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g

cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyć bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapusińsk 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 50 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 0g, konserwa suwalska 50g, cukrzyć bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, szynka z p. kurczaka 50g, liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1046,6 kcal, B 63,3 g T 47,2 g W 196,6 g NKT 12,5 g bł 12 g sól 3,4 g cukry 88,3 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 0g, jajo 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
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix. tł. 15g, konserwa suwalska 50g, liść 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 – nielasydne kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jadalnospisie, Sobota 11

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanika płynna, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, ser żółty, kefir 1 szt

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanika płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, kruszki z owocami, mieszanika płynna, polędwica sopocka, serdelek, pasztecik wp., marchewka oprószone, polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwalska, kapusińsk, pasztecik wp., szynka konserwowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler- zupa chłopska, kapusińsk, polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwalska, pasztecik wp., szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, serdelek, konserwa suwalska, pasztecik wp., polędwica sopocka, szynka konserwowa

Gorczyca- polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwalska, pasztecik wp., szynka konserwowa

Jaja- kruszki z owocami, jajo gotowane, placki ziemniaczane

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 04.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 1.5g, ser żółty 50g, polewica sopočka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazany kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 1.5g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 2509,8 kcal, B 113,1 g T 80,8 g W 338,1 g NKT 31,4 g bł 34,4 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50, polewica sopočka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2443,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
pappkowata	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, dżem 1 szt., polewica sopočka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, , liść sałaty, pomidor 70g	en 2443,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 332,2 g NKT 28,1 g bł 31,2 g sól 5 g cukry 94,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60 ,kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 50g, polewica sopočka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 25g, kakao 200 ml	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynka z pieksi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pol. sopočka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biszkopty 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2503 kcal, B 113,1 g T 73,5 g W 352 g NKT 28,2 g bł 31,5 g sól 5,1 g cukry 98,6 g
niskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2263 kcal, B 112 g T 62,4 g W 298,6 g NKT 25,4 g bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 88,6,3 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 1.5g, ser żółty 50g, polewica sopočka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopty 30 g, kakao 200 ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tł. 15 g, szynka z pieksi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g

cukrzykowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polewka sopočka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	Ciepły kukurydziane 20g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszonej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wafle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyca bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g Bł 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz. 90g, ser biały półtłusty 50g, polewka sopočka 50g, dzem 1 szt. mus owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g Bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polewka sopočka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 150ml, wafle ryżowe 2 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Wafle ryżowe 2szt., deser sojowy 1 szt.	Jak wątrobowa, kawa zboż. 200ml, szynka z pieśni kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1023,9 kcal, B 65 g T 38,9 g W 189,3 g NKT 13,1 g Bł 14,6 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Rz. na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany file z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	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
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polewka sopočka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g Bł 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – niestrawione kwasy tłuszczowe

Bł – błonnik

Wykaz składników alergennych: w iadłosnisie w dn. Niedziela II

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, mieszanka pyłna, wędliny: krakowska, tyńska, blok mielony

Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa laska z mlekiem, kotlety ziem., herbata, mieszanka pyłna, kawa zbożowa, wędliny: krakowska, sopočka

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

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

Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony

Jajo- jajo, kotlety ziemniaczane