

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 16.06.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Potwiczorek	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., młk tł. 15g, warzynek ze szczyporkiem 70g, kiebasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona szklka młsa wp. w sosie czarnym 50g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., młk tł. 15, polędwica sopočka 50g, serck topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 50g	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKT 32,1 g Bt 31,9 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., młk tł. 10g, konserwa sowaśka 50g, pasztec wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany sctch w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., młk tł. 10g, polędwica sopočka 50g, łwarog 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 82,9 W 341,9 g NKT 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 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, kiebasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Butyrt 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze smietan 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany sctch w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 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 30g, liść 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 Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., młk tł. 15g, jajo got. 1 szt., Krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Butyrt 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany sctch w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., młk tł. 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 251,5 g NKT 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,9 g cukry 97,9 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, młk tł. 10g, konserwa sowaśka 50g, pasztec wp. 50g, ogórek 70g, liść sałaty (cukrz. bła jajo 1 szt.).	Kalmar gotowany 100g	Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany sctch w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok wielowarzynny 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, młk tł. 10g, polędwica sopočka 50g, twarożek zjadowy, (cukrz. 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 Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa sowaśka 50g, pasztec wp. 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany sctch młsowy w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g, mielona 50g, łwarog ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal B 97,5 g T 84,2 g W 342,4 g NKT 30,2 g Bt 30,9 sól 5,6 g cukry 98,1 g

bezglutenowa Ryzę na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, scharb wp 50g, jablko 1 szt., ogorek 70g, mas owocowy 1 szt. Sok owocowy 150 ml Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany scharb 60g, murelarska gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml Sok owocowy 150 ml Herbata 200ml, warle ryżowe 4szk, mix tl 10g, sar budy polhussy 70g, gotowany kuszak 1 szt, pomidor 70g, dzem 1 szt., mlod 1 szt. en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g	przy niedokrwistościach Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cierna 200ml, chleb zwykly 90, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp 50g, jablko 1 szt., ogorek 70g chleb razowy 80g, mix tl 10g sar zólhy 50g, lile salaty Barszcz czerwony ze smietana 300ml, kasza pieczak 200g, gotowany scharb w sosie koperkowym 60g, sar z murelarski 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 50g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, polterwica sopocka 50g, twarog ziolowy 50g, sar z ogorka i salaty lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, mlod 1 szt. en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g Bt 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g	Oznaczenia wskaźników odżywczych: cm - wartość energetyczna B – bialko ogólna T – tłuszcz W – węglowodany ogólna NKT – nasyczone kwasy tłuszczowe bl – blemnik sól – sól cukry - cukry	
		Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II Mleko (jącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż z mlektem, sar budy, sar zólhy, barszcz ze smietana, budyń, serak topiony, twarozek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, pasztet wp, Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kielbasa krakowskaspaszet wp., konserwa suwalska, koperkowym, kawa zbożowa, sos ziolowy- ogrodowy, suwalska Soja i produkty pochodne – warle ryżowe, kielbasa krakowska, konserwa suwalska, polterwica sopocka, blok mielony, ,sos ogrodowy - ziolowy, suwalska, Gorczyca- konserwa suwalska, polterwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp. Jajko- jajo got.	

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 17.06.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, szyzka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, szychkowa 50g, twarógzek z cebulką 70g, sur. coleslaw 60 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 kcal, B 80,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g bł 28,8g sól 5,5 g cukry 90,66 g
lekkostrawna	Zacierka na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, mix tl. 10g, pieczeń ryżna 50g, szychka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt.,mix tl.10g, przysmak suwałski 50g, twarógzek 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
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt,masło (82%)10g, zacierka na mleku 200ml, szychka z pieci kurczaka 30g, szychka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydżiane 16g, serce homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyzy w sosie własnym60g, 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, szychkowa 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
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml,kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.90g, masło (82%) 15g, szychka z pieści kurczaka 50g,szychka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serce homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szychkowa 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, chleb razowy 100 mix, tl. i 0, pieczeń ryżna 50g, szychka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy30g, tyrolska 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g ,sur marchewki z chrzanem 120g, sur. z kiszzonego ogorka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwałski 50g, twarógzek ziołowy 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 bł 28,5 g sól 5,6 g cukry 46,4 g
wątrobowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., pieczeń ryżna 50g, szychka 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 suwałski mielony 50g, twarógzek ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2212,8 kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g bł 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml,ziemniaki 200g, pulpet indyzy bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml	napój owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt., mix tl.10g, twarógzek ziołowy 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 bł 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g

przy niedokrwistości	Zacierka na mleku 2% 250ml kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 90g, mix tl. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, miodon 100g, liść salny	razowy 80g, mix tl 10g, tyrolska 60 g	Krupnik 200, ziemniak 200g, serek 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 ziółowy 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 Bt 27,9 g sól 5,6 g cukry 88,4 g
	Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe Bt – błonnik sól – sól cukry - cukry <u>Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Wtorek II</u> Mleko (łącznie z laktozą) – zacierki na mleku, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek z cebulką, twarożek ziołowy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy Zboża zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet,wp, kawa z mlekiem, wędliny: szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Seler- wędliny: szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Gorezyce- wędliny- pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwalski, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy Jaja—stek, pulpet					

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 18.06.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, pasztecik 50g, serdeciek 1 szt., zółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, arbuz 100 g		Zupa z soczewicy 300ml, babka ziemniaczana 250g, surowka z kiszonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1szt, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2467,1 kcal, B 93,9 g T 75,1 g W 97,8 g W 66,1 g NKT 33,8 g bł 27 g sól 6,5 g cukry 95,4 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, pasztecik 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2245,3 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 309,9 g NKT 29,1 g bł 26,3 g sól 5,2 g cukry 99,5 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztecik 30g, polewica drożdżowa 30g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	bułdyń 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1szt masło (82%) 10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1358,5 kcal, B 63,6 g T 48,8 g W 189,7 g NKT 13,5 g bł 15,6 g sól 4 g cukry 53,9 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, pasztecik 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	bułdyń 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2435,3 kcal, B 107,4 g T 76,2 g W 322,9 g NKT 29,5 g bł 26,6 g sól 5,4 g cukry 110,8 g
cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl 10g, pasztecik 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, ogórek 70g, cukrzy bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajo gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2308,3 kcal, B 106,3 g T 74,1 g W 299,9 g NKT 28,1 g bł 26,3 g sól 5,1 g cukry 51,5 g
wątrobową	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasztecik 50g, polewica drożdżowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2185,3 kcal, B 105,3 g T 65,1 g W 286,1 g NKT 29 g bł 26 g sól 5 g cukry 96,5 g

	bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tł. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajo 1 szt., liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, sur. z marchewki 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tł. 10g, sur biały półtłusty 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 bł. 27,8 g sól 4,5 g cukry 99,5 g
	przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt mix tł. 15g, pasztec 50g, polędwica drobiowa 50g, liść sałaty, arbuz 100 g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tł. 10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g	Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, pomarańcza 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynka bartenika 50g, jajo gotowane 1 szt., 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 bł. 37,1 g sól 5,9 g cukry 104 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B — białko ogółem

T — tłuszcz

W — węglowodany ogółem

NKT — nasycone kwasy tłuszczowe

bł — błonnik

sól — sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Środa II

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

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

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika, zupa z soczewicy

Gorczyca- wędliny, pasztec, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka bartenika

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 19.06.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, kiełbasa swalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, watriobka drożdżowa 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 tł. 15g, twaróg z s. cebula i szczypiorkiem 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2549,3 kcal, B 101,3 g T 82,0 g W 334,7 g NKT 30,6 g bł 22,9 g sól 8 g cukry 96,7 g
lekkostrawna	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, serdeciek 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 pękającej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł 23,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
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.	biszkopity 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza peczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serce homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśi kurczaka 30g, twaróg z ziołami 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, szynkowa 50g, sopocka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biszkopity 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pękającej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serce homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, pomarańcza 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 (cukrzy. bez soli –jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pękającej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z 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
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdeciek 1szt.,szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 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 1szt., twaróg 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
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 pękającej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałec ryżowe 4szt.,mix tł.10g, twaróg ziołowy 50g, s. ciab gotowany 50g, pomarańcza 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 miedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g	Kosół z makaronem 300 ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap. pekkańkiej z marchwka 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ziołowy 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, pomarańcza 100g, liść salaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g bl 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g
Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – Białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bl – błonnik sól – sól cukry - cukry <u>Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Czwartek II</u> Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekem, serdelek, kielbasa suwalska, twaróg ziołowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekem, kielbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka z piersi kurczaka, biskopiy Seler- rosół, serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, serdelek, kielbasa suwalska, szynka z piersi kurczaka, szynkowa Jajka - jajo gotowane 1 szt., biskopiy Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka					

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 20.06.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki 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 białyj 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 pokruszy 70g, ser zółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jablko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g bł 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, 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 ziołami 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 26,1 g bł 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%), jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galarełka 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	Biszkopcy 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%), 10g, serek waniliowy 1szt., ser zółty 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
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 13g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt, ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galarełka owocowa 200g, jablko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuśy białyj 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopcy 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 zółty 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 tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, ogórek 70g, pomidor 70g	Sok pomidorowy 150 ml	Pomidorowa bez śniatany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, sur z kapuśy białyj 120g, sur. z marchewki 120g, kompot owocowy b/c 200ml	kefir 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2350,9 kcal, B 102,2 g T 79,5 g W 325,1 g NKT 29,1 g bł 29,7 g sól 5,8 g cukry 56,6 g
wątrobowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, bułka 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 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 tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2096,9 kcal, B 99,4 g T 64,5 g W 304 g NKT 25,1 g bł 29,3 g sól 5,1 g cukry 97,6 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 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	Wale ryżowe 2szt., mus owocowy 1 szt.	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jablko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2206,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 302,71 g NKT 26,2 g bł 30,3 g sól 5 g cukry 98,6 g

przy niedokrwistościach	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix II 15g, jajo gotowane 1 szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl, gruszka 1 szt., pomidor 70g	chleb razowy 80g, mix II 10g, ser biały 50g, ogórek 70g	Pomidorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1 szt mix II 15g, twaróg z zieleni 70g, miod 1 szt, liść salaty, 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 Bt 30,5 g sól 5,0 g cukry 102,1 g
Wskaz składników alergicznych w Jadalnym Piętku II	Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B — białko ogółem T — tłuszcz W — węglowodany ogółem NKT — nasycone kwasy tłuszczowe bt — błonnik sól — sól cukry - cukry Mleko (raznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix II, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serrek waniliowy, ser żółty Zboża zawierające gluten- pieczywo, bułka, płatki owsiane na mleku, dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekiem, biszkopty, kasza jęczmienna, biszkopty Seler – zupa pomidorowa, hummus Jajka -jajo got, dorsz smażony, pulpet rybny w sosie koperkowym, biszkopty Ryby- dorsz smażony, dorsz w sosie koperkowym, sałatka ryżowa z tuńczykiem Sól i produkty pochodne- wafle ryżowe				

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 21.06.2025

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, pasztet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,0g NKT 27,4 g bł 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł.10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, pasztet 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt.,ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Hertbata z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 1 szt, szynka z piersi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt	Kapuśniak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuści 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 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzycz bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, konserwa suwańska 50g, cukrzycz 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
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, pasztet wp.50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, konserwa suwańska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtłusty 50g, serek gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydżiane 16g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczęce gotowane 90g, sur. z kapuśy pekinijskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tł10g, jajko got. 1 szt, liść salady, 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 niedokwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw.90, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśy pekinijskiej 150g, mix warzyw na parze 150g,kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt mix. tł 15g, konserwa suwalska 50g, liść salady, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g bł 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W –węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jadalniśie Sobota II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir 1 szt, pasztet wp, Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska,, kawa zbożowa z mlekiem, pasztet wp, szynka konserwowa,szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

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

Soja i produkty pochodne –waflę ryżowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy

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

Jajka- jajko gotowane

Orzechy - masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 22.06.2025 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, ser żółty 50g, półkędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g mix tl.15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2416,7 kcal, B 104,3 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g bł 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,6 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, mix tl.10g, ser biały półkasty 50, półkędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bł 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%/10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, półkędwica sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	wale ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopiy 25g, serkek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%, 10g, chleb zw.60g, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tl.15g, ser żółty 50g, półkędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wale ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biszkopiy 30 g, serkek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw.120, mix tl. 15 g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g
cukrzycowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, półkędwica sopocka 50g, ser biały półkasty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 30g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszonej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyce 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 zw.90g, ser biały półkasty 50g, półkędwica sopocka 50g, dżem 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 mlekem 2% 200ml, chleb zw.90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g

						en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bt 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,63 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tł. 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Zemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tł. 10g, schab gotowany 50g, jaję got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g., mix tł. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g., mix tł. 10g, krakowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmieńna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kasiel z cukrem 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tł. 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g		en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g Bt 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g