

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 15.01.2024 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 aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 115g, warzyża ze szczyptkami 70g, kiełbasa krakowska 50g, kaszany ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona szalwa młoda w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 1,5 polędwica szopecka 50g, soki topiony 2 szt., sur. z ogórka i saliny lodowej w sosie ziołowym 70g, pomidor 30g	en 2486,8 kcal, B 86,5 g T 93,5 g W 331,5 g NKT 32,7 g Bt 41,2 g sól 5,8 g cukry 99,2 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, konserwa sarmiska 50g, papadai w 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szalw młody w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, polędwica szopecka 50g, twarog ziołowy 50g, sur. z ogórka i saliny lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2541 kcal, B 99,4 g T 94 g W 331,9 g NKT 26,7 g Bt 34,8 g sól 3,8 g cukry 103,5 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb aw 90, konserwa sarmiska młoda 50g, kiełbasa krakowska młoda 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szalw młody w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb aw 90g, polędwica szopecka 50g, młoda 50g, twarog ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2380,5 kcal, B 100,3 g T 96,5 g W 330,3 g NKT 23,5 g Bt 29,7 g sól 4,6 g cukry 96,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%)10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150 ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza, pieczak 100g, gotowany szalw młody w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 1eg, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica szopecka 30g, lód saliny, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 60,6 g T 20,5 g W 181,5 g NKT 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 87,9 g
wtrudowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, konserwa sarmiska młoda 50g, kiełbasa krakowska młoda 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160 g, gotowany szalw młody w sosie koperkowym 60g, mniczewska gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica szopecka 50g, młoda 50g, twarog ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2492,7 kcal, B 109,7 g T 88,6 g W 365,5 g NKT 22,6 g Bt 24,9 g sól 4,5 g cukry 120,5 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, gotowane 1 szt., szalw gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i saliny lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2149,5 kcal, B 105 g T 55,3 g W 298,7 g NKT 22,8 g Bt 25,8 g sól 3,7 g cukry 99,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb aw 50g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 250ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany szalw młody w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol 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., mix tl 1,5 polędwica szopecka 50g, dzem 20g, sur. z ogórka i saliny lodowej w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g Bt 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa sarmiska 50g, papadai w 50g, ogórek 70g, lód saliny (cukrz b/6 jajo 1 szt.).	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony, bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szalw młody w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica szopecka 50g, twarog ziołowy, (cukrz bez soli - jajo got 1 szt., twarog ziołowy), sur. z ogórka i saliny lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2114,2 kcal, B 94,4 g T 67,2 g W 292,7 g NKT 15,9 g Bt 45 g sól 4 g cukry 37,6 g

wątrobową	Kawa pieczona na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwańska 50g, pasztet wp 50g, mas owoce 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie kopciowym 60g, sur z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, sur z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 50g, dżem 1 szt, miód 1 szt, pomidor 70g	en 2299,5 Kcal, B 94,6 g T 72,9 g W 318,9 g NKT 20,1 g Bt 25,4 g sól 3,5 g cukry 90,6 g
dzieci bezmleczna	Kawa pieczona na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, jajo 1 sztka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mas owoce 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie kopciowym 60g, sur z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, sur z ogórka i salsy lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt, miód 1 szt.	en 1512,5 Kcal, B 67,2 g T 57,4 g W 189 g NKT 18,4 g Bt 16 g sól 2,6 g cukry 65,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, schab wp 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mas owoce 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab 60g, sur z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatna 200ml, waflle ryżowe 45zł, mix tl 10g, sur biały polihasy 70g, gotowany buraczak 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 88,8 g W 288,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedobowistościach	Kasza pieczona na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa ciśnień 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, konserwa suwańska 50g, pasztet wp 50g, jabłko 1 szt, ogórek 70g	chleb razowy 90g, mix tl 10g ser żółty 50g, łaz salsy	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie kopciowym 60g, sur z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 50g, bułka pszenna 1szt., 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 2700,1 Kcal, B 108 g T 91,6 g W 100,2 g NKT 27,8 g Bt 37,8 g sól 6,9 g cukry 99,7 g

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

Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II
Mleko (tęcznie z laktozą) – kasza pieczona na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż z mlekiem, , mieszanka mleczna, ser żółty, ser biały, barszcz ze śmietaną, budyni, serrek topiony, twarozek ziołowy, Jogurt owocowy
Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak , pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowskaspaszet wp., konserwa suwańska, blok mielony, mieszanka mleczna, szklka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie kopciowym, kawa zbożowa, sos ogrodowy, suwańska
Seler - barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwańska, blok mielony pasztet wp, kiełbasa krakowska, , kolczy ziemniaczane, sos ogrodowy, suwańska, zrnz mielony wp, gotowany 60 g w sosie własnym
Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwańska, polędwica sopocka, blok mielony, , sos ogrodowy, suwańska
Gorczyca- konserwa suwańska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.
Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 16.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g., melon 100g., mix salat		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulką 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2741,3 kcal, B 90,2 g T 110,5 g W 354,6 g NKT 22,7 g bj 33,2 g sól 3,5 g cukry 94 g
lekkostrawna	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, roleta faszerowana mielona 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść salaty		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziolowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2377,6 kcal, B 100,4 g T 79,5 g W 310,1 g NKT 29,2 g bj 27,5 g sól 5,8 g cukry 104,4 g
paplowata	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g., mix tl. 10g, roleta faszerowana mielona 50g, szynka konserwowa mielona 50g, liść salaty, melon 100g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), przysmak suwański - mielony 50g	en 2198,7 kcal, B 102,6 g T 66,2 g W 329,9 g NKT 23,3 g bj 29,7 g sól 4,8 g cukry 96,8 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, zaciekta na mleku 200ml, szynka z pieści kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść salaty	Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 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, szynkowa 30g, ser zółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1225,5 kcal, B 64,3 g T 21,4 g W 181,3 g NKT 12,3 g bj 15,4 g sól 3,1 g cukry 89,3 g
wyrzodowa	Jak paplowata	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g, przysmak suwański mielony 50g, twaróg ziolowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2567,5 kcal, B 109,1 g T 71,9 g W 365,3 g NKT 23,1 g bj 25,5 g sól 4,5 g cukry 119,6 g
niskosodowa	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tl. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść salaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.10g, twaróg ziolowy 70 g, sernb gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2049,5 kcal, B 106,1 g T 55,1 g W 298,6 g NKT 22,8 g bj 25,4 g sól 3,7 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Zaciekta na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieści kurczaka 70g, szynka konserwowa 50g, liść salaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser zółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bj 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 17.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl 15g, pasztecik 50g, serdeczek 1 szt., zółty ser 30g, pomidor koktajlowy 10g, liść sałaty, pomarańcza 100g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surówka z kiszconej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 200ml, chleb wz.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 sztuka, dżem 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2769,4 kcal, B 90,2 g T 97,3 g W 386,6 g NKT 28,1 g bi 37,6 g sól 5,4 g cukry 109,4 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl.10g, pasztecik 50g, polewka 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.90g, mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2246,8 kcal, B 105,3 g T 75,1 g W 308,1 g NKT 27,1 g bi 26,3 g sól 5 g cukry 105,6 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), pasztecik 50g, polewka 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, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2330,8 kcal, B 106,6 g T 76,4 g W 329,9 g NKT 23,6 g bi 25,7 g sól 4,6 g cukry 99,9 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, pasztecik 30g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	bućdyn 150ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 200ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Herbata z cukrem, 200ml, bułka pszenna 1 szt masło (82%)10g, ser biały półtłusty 30g, szynka barmnika 30g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1436,4 kcal, B 66,7 g T 22,3 g W 184,9 g NKT 14,7 g bi 15,9 g sól 3,4 g cukry 90,4 g
wrzodowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl 10g, pasztecik 50g, polewka 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, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2619,3 kcal, B 110,1 g T 69,4 g W 371,2 g NKT 22,9 g bi 22,4 g sól 3,9 g cukry 128,6 g
niskosodowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 10g, pasta z gotowanego kurczaka 50 g, jajo gotowane 1 szt., liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt. mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2112,7 kcal, B 106,7 g T 79,9 g W 317,6 g NKT 22,7 g bi 25,3 g sól 3,5 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt. masło (82%)15g, pasztecik 50g, polewka drobiowa 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	bućdyn 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt. masło (82%)15g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bi 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzycowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl.10g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, ogórek 70g, cukrzyć bez soli - pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt.	Chleb razowy 30g, krakowska 20g	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, sur z kiszzonej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	waflle ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, jajko gotowane 1 sztuka, szynka barmnika 50g, ogórek kiszony 70 g, pomidor 70g	en 2656,7 kcal, B 120,1 g T 87,2 g W 270,1 g NKT 21,9 g bł 39,5 g sól 6,9 g cukry 98,9 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i przetrzonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, ser biały półtłusty 70g, szynka barmnika 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2406,8 kcal, B 92,6 g T 74 g W 329,3 g NKT 19,1 g bł 24,7 g sól 3 g cukry 95,8 g
dzieci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, schab w sosie własnym 60 g, surowka z kiszzonej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g/ dzieci banan 1 szt., kompot owocowy200ml	napój owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., jajko got. 1 szt., szynka barmnika 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1509,5 kcal, B 67,7 g T 57,9 g W 189,5 g NKT 18,1 g bł 16,7 g sól 2,9 g cukry 66,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl.10g, pasta z gotowanego kurczaka 50g, jajko 1 szt., liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Wafle ryżowe 2szt.	Ryżowa 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z kiszzonej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2152,5 kcal, B 110 g T 67,9 g W 293,6 g NKT 24,9 g bł 25,5 g sól 5,1 g cukry 113,6 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl.15g, pasztet 50g, polędwica drobiowa 50g, liść salaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, kurczak got. 60g, ogórek 70g	Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i przetrzonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt. mix tl. 15g, szynka barmnika 50g, 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 – nielenasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych w: Jadalnośpisie w dn. Środa II

Mleko (łącznie z laktosą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tl., kawa z mlekiem, budyni, ser biały półtłusty, mieszanka mleczna, pasztet, krakowska, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, schab w sosie własnym, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

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

soja i produkty pochodne –waflle ryżowe, pasztet, krakowska, serdelek, polędwica drobiowa, szynka barmnika

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

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 18.01.2024 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 tł. 10g, kiełbasa suwalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warzyba drobna 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 cebulą i szczypiorkiem 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2631 kcal, B 111,6 g T 92,7 g W 347,7 g NKT 24,7 g bł 30,5 g sól 6,7 g cukry 91,9 g
lekkostrawna	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz, mix tł. 10g, serdeczek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 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 28,1 g sól 5,2 g cukry 119,1 g
paplkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdeczek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2390,9 kcal, B 102,3 g T 66,9 g W 329,9 g NKT 23,6 g bł 25,1 g sól 4,2 g cukry 98,8 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt., masło (82%) 10g, serdeczek 1 szt., szynkowa 30g, ogórek 70g, banan 70g	biszkopty 15g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serce 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 1436,6 kcal, B 67,6 g T 26,8 g W 190,7 g NKT 14,1 g bł 15,2 g sól 3,1 g cukry 89,6 g
w rzodowa	Jak lekkostrawna, serdeczek mielony 1szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, szynka z pierśi kurczaka mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2495,7 kcal, B 110,1 g T 69,2 g W 370,8 g NKT 23,1 g bł 25,9 g sól 4,4 g cukry 119,7 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2265,5 kcal, B 105,2 g T 67,7 g W 99,9 g NKT 22,7 g bł 24,1 g sól 3,3 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%) 15g, szynkowa 70g, serdeczek 1 szt., banan 1 szt., ogórek 70g	biszkopty 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	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 70g, twaróg ziołowy 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g en 2460,7 kcal, B 118,7 g T 85,3 g W 274,6 g NKT 20,3 g bł 38,7 g sól 5,6 g cukry 100,6 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyć bez soli – jajo goro. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap. pekińskiej z marchwką 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2460,7 kcal, B 118,7 g T 85,3 g W 274,6 g NKT 20,3 g bł 38,7 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

wątrobową	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., serdelek 1szt.,szytkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kaliflor na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarozek ziołowy bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2286,9 kcal, B 92,6 g T 74,1 g W 325,5 g NKT 20,5 g bł 25,2 g sól 3,1 g cukry 93,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw.60g, serdelek 1szt., szytkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, mus owocowy 1 szt., kaliflor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1607,7 kcal, B 68,4 g T 58,1 g W 189,9 g NKT 18,4 g bł 16,1 g sól 2,9 g cukry 66,7 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	Ziemniaczka 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kaliflor na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt,mix tł.10g, twarozek ziołowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2302,5 kcal, B 108,2 g T 69,9 g W 295,9 g NKT 24,6 g bł 25,4 g sól 3,8 g cukry 120,9
przy niedoborach witamin	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tł.15g, szytkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tł.10g, jajo got. 1 szt., dzem 1 szt, papryka 50g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kaliflor na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt,mix tł.15g, twarozek ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2815,8 kcal, B 108,2 g T 92,3 g W 108,8 g NKT 28,8 g bł 40,3 g sól 5,9 g cukry 115,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

bl – błonnik

Wykaz składników alergennych w **iodospisie w dn. Czwartek II**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł, masło 82%, kawa z mlekem, serdelek, kiełbasa suwalska, miesz, pylina, twarozek ziołowy, ciasto drożdżowe, kefir
Zboża zawierające gluten - kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekem, mieszanka pylina, kiełbasa suwalska, serdelek, szytkowa, blok mielony, herbatniki, ciasto drożdżowe, filet z kurczaka w

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

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

Soja i produkty pochodne –wałki ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szytkowa

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

Gorczyca- serdelek, szytkowa, szynka z pierśi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 19.01.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt., dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz smażony z sezamem i kopern, surz z kapuszy 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 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.	en 2541,3 kcal, B 112,2 g T 95,5 g W 300,2 g NKT 21,7 g bł 33,8 g sól 4,8 g cukry 90 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 10g, jajko gotowane 60g, dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z ułtuczkiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2176,9 kcal, B 102,2 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 22,1 g bł 24,3 g sól 4,2 g cukry 300,2 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, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)	en 2400,9 kcal, B 100,8 g T 69,9 g W 329,9 g NKT 22,8 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%), jajko gotowane 1 szt, ser biały 70g, dżem 1 szt., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galearka owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek, warilowy 1 szt., ser żółty 50g, jabłko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 1278,5 kcal, B 69,6 g T 23,8 g W 182,5 g NKT 14,2 g bł 16,2 g sól 3,4 g cukry 89,2 g
wrzdodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt, mix tł. 10g, jajko gotowane mielone 1 szt., dżem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa b/śm 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z ułtuczkiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2368,8 kcal, B 110,8 g T 68 g W 370,5 g NKT 19,7 g bł 23,8 g sól 3,3 g cukry 126,7 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2225,7 kcal, B 103,3 g T 65,5 g W 99,7 g NKT 22,9 g bł 23,4 g sól 3,6 g cukry 98,9 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, jajko gotowane 1 szt, dżem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruska 1 szt.	Galearka owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i kopern, surz z kapuszy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopty 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały 70g, ser żółty 70g, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

ciukrzykowa	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 kapusy 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, twarógzek z ziołami 70g, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2411,8 kcal, B 120,4 g T 87,2 g W 262,1 g NKT 20 g bł 35,5 g sól 4,6 g cukry 97,3 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, batka z 2 jaj, dzem 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 mlektem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, twarógzek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2170 kcal, B 97,5 g T 73,1 g W 322,7 g NKT 19,2 g bł 22,9 g sól 3 g cukry 95,6 g
dzieci bezmleczna	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, jajo gotowane 1 szt., dzem 1 szt., masłko orzechowe 50g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa bez smie 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wałle ryżowe 2szt.	Kawa zboż 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, hummus 50g, miód 1 szt, liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 1278,9 kcal, B 106,6 g T 99,9 g W 310,1 g NKT 24,1 g bł 13,8 g sól 3,5 g cukry 91 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, gruska 1 szt., pomidor 70g	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa300ml, ziemniaki 200g,dorsz gotowany 50g, buraczki 120g, , marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Wałle ryżowe 2szt.	Herbata 200ml, wałle ryżowe 4szt., mix tl 10g, twarógzek z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść sałaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2224,5 kcal, B 112,4 g T 68,2 g W 2903,4 g NKT 23,1 g bł 25,1 g sól 3,9 g cukry 120 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, jajo gotowane 1 szt, dzem 1 szt., ser hochland 2 pl, gruska 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 mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb razowy 90g, bułka pszenna 1szt mix tl 15g, twarógzek z ziołami 70g, miód 1 szt, liść sałaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2740 i kcal, B 108,6 gT 92,1 g W 109,8 g NKT 26,6 g bł 36 g sól 5,6 g cukry 107,8 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

bł – białonik

Wykaz składników alergennych w JEDOSPISIE PIAŁEK II

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

Sejler- zupa pomidorowa, kotlet rybny, szynka śniadaniowa

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

Ryby- kotlet rybny, pulpet rybny

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

Gorczyca- kotlet rybny, szynka śniadaniowa

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 20.01.2024 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 tł. 15g, paszeta wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Kapusiśnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na patrze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekńskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2321,9 kcal, B 110,5 g T 90,7 g W 215,1 g NKT 20,6 g bł 30,1 g sól 5,6 g cukry 92,6 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, paszeta 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 kapuści pekńskiej 120g, mix warzyw na patrze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2367,7 kcal, B 105,2 g T 78,7 g W 300,6 g NKT 29,1 g bł 29,2 g sól 5,2 g cukry 103,2 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tł.10g, chleb zw.90g, paszeta wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na patrze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, konserwa suwańska mielona 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2369,9 kcal, B 108,9 g T 69,9 g W 318,9 g NKT 22,5 g bł 25,6 g sól 4,5 g cukry 97,9 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, paszeta 30g, szynka konserwowa 30g, jablko 1 szt.,ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na patrze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 1szt, szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcza 100g	en 1403,1 kcal, B 64,9 g T 24,5 g W 190,9 g NKT 15,1 g bł 15,1 g sól 3,4 g cukry 89,8 g
wrzdodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tł.10g, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., paszeta wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix salat	Chrupki kukurydziane 10g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na patrze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, konserwa suwańska mielona 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2653,8 kcal, B 110,6 g T 69,9 g W 370,4 g NKT 22,6 g bł 24,9 g sól 4,3 g cukry 127,4 g
niskosodowa	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, ser biały polny 50g, serek gotowany 50g, jablko 1 szt., kiszony ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na patrze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż.z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g,jajo got. 1 szt., liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2307,9 kcal, B 110,6 g T 60,9 g W 99,9 g en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , paszeta wp. 70g, szynka konserwowa 70g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt	Kapusiśnik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na patrze 150g, sur. z kapuści pekńskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż.z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.50g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 70g, masło orzechowe 50g, liść salaty, pomarańcz 100g	en 2553,8 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzye bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapusińiak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuśy pekińskiej i 20g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynny 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa suwańska 50g, cukrzye bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2679,9 kcal, B 118,6 g T 87,6 g W 270,4 g NKT 22,7 g bł 40,5 g sól 6,9 g cukry 99,9 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb aw 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 1szt., chleb zw 60g, konserwa suwańska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2338,3 kcal, B 90,7 g T 74,9 g W 329,9 g NKT 20,8 g bł 26,9 g sól 3,9 g cukry 91,8 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku oślonym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb aw 60g, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g	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 tl 10g, szynka z p kurczaka 50g, liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1307,5 kcal, B 105,2 g T 99,5 g W 310,7 g NKT 26,5 g bł 15,5 g sól 4,4 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jajo got 1 szt, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2285,5 kcal, B 115,6 g T 68,8 g W 280,9 g NKT 22,2 g bł 26,7 g sól 4,9 g cukry 120,6 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw 90, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp, 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuśy pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, konserwa suwańska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2810,1 kcal, B 105,3 g T 96,9 g W 108,7 g NKT 28,7 g bł 39,5 g sól 6,7 g cukry 104,2 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nienasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jadalospisie, Sobota II

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

suwańska, pasztet wp, szynka konserwowa, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seler- zupa chłopska, kapuśniak, polędwica sopocka, serdelek, konserwa suwańska, pasztet wp., szynka konserwowa

Soja i produkty pochodne –waflle ryżowe, serdelek, konserwa suwańska, pastet wp., polędwica sopocka, szynka konserwowa

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

Jajo- kiedle z owocami, jajo gotowane, placki ziemniaczane

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 21.01.2024 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 15g, ser żółty 50g, polećwica sopocka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony koliet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g mix tł 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 2791,3 kcal, B 90,7 g T 110,7 g W 324,4 g NKT 24,7 g bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 95,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tł 10g, ser biały półtłusty 50, polećwica sopocka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw 90, mix tł 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2354,6 kcal, B 101,5 g T 74,9 g W 302,1 g NKT 28,2 g bł 27,9 g sól 4,9 g cukry 103,1 g
papkowata	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tł 10g, ser biały półtłusty 50g, dzem 1 szt., polećwica sopocka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2378,3 kcal, B 103,2 g T 66,9 g W 309,7 g NKT 23,8 g bł 29,7 g sól 4,2 g cukry 99,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82%10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polećwica sopocka 30g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafile 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 piersi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1320,5 kcal, B 61,9 g T 21,5 g W 189,7 g NKT 14 g bł 15,2 g sól 2,7 g cukry 90,3 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tł 10g, pol. sopocka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dzem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biszkopty 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2520,3 kcal, B 110,5 g T 68,9 g W 366,4 g NKT 22,6 g bł 25,9 g sól 4,5 g cukry 120,6 g
miskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, mix tł 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekciem 2% 200ml, chleb zw 90g, mix tł 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2198,7 kcal, B 105,9 g T 59,9 g W 298,9 g NKT 22,9 g bł 23,9 g sól 3,6 g cukry 99,3 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 90g, mix tł 15g, ser żółty 50g, polećwica sopocka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafile 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 mlekciem 2% 200ml, chleb zw 120, mix tł 15 g, szynka z piersi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2478,5 kcal, B 108,6 g T 96,3 g W 308,7 g NKT 28,3 g bł 30,2 g sól 6,4 g cukry 122,2 g

cukrzykowa	kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polewiczna sopočka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 20g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszanej kapusty 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Waflle ryżowe 2szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzyce bez soli - schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt.), liść sałaty, pomidor 70g	en 2645,5 kcal, B 118,3 g T 87,5 g W 268,4 g NKT 21,3g bł 39,5 g sól 5,7 g cukry 99,8 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtłusty 50g, polewiczna sopočka 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2296,5 kcal, B 91,4 g T 74,9 g W 323,9 g NKT 20,9 g bł 25,7 g sól 3,6 g cukry 96,5 g
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polewiczna sopočka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 150ml	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Waflle ryżowe 2szt.	Jak wątrobową, kawa zboż. 200ml, szynka z pierśi karczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1190,9 kcal, B 105,5 g T 99,3 g W 308,6 g NKT 26,3 g bł 15,5 g sól 4,1 g cukry 90,3 g
bezglutenowa	Rz na mleku 2% 250ml, herбата 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z karczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Keifir 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2067,9 kcal, B 105,2 g T 68,8 g W 281,4 g NKT 22,5 g bł 24,9 g sól 3,8 g cukry 108,5 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polewiczna sopočka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 60g, 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 2766,8 kcal, B 108,9 g T 92,6 g W 303,6 g NKT 29,9 g bł 38,8 g sól 6,3 g cukry 102,2 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B – białko ogółem
- T – tłuszcz
- W – węglowodany ogółem
- NKT – mienasycone kwasy tłuszczowe
- bł – błonnik

Wykaz składników alergennych: w Jadalnisie w dn. Niedziela II

Mleko (łącznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, keifir, ser biały półtłusty, mieszanka płynna, wędliny: krakowska, tyrolska, blok mielony

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

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

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

Gończywa- wędliny: krakowska, blok mięsny

Jajko-jajko, kołtety ziemniaczane