

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 12.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczypiotkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, duszona szklina mąka wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 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 1 szt., 10g, konserwa sardynki 50g, pastet wp. 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal. B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKt 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 30), konserwa sardynki mielona 50g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 50g), polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2337,8 kcal. B 97 g T 76,4 g W 332,9 g NKt 27,9 g Bt 28,9 g sól 5,3 g cukry 96,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, 10g, konserwa sardynki 50g, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza, pieczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, liść salaty, 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
wrzołdowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa sardynki mielona 50g, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160 g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna, polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2537,8 kcal. B 98,8 g T 76,8 g W 339,9 g NKt 28,3 g Bt 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 250ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jog. gotowany 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna bez soli		Kawa zboz. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2187,8 kcal. B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKt 28,6 g Bt 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jog. got. 1 szt., kasza krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboz. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal. B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKt 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
cukrzycowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynki 50g, pastet wp. 50g, ogórek 70g, liść salaty (cukier białego i sz.).	Kalior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboz. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy, (cukier bez soli - 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 96,1 g

wątróbowa	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, konserwa suwańska 50g, pasztet wp 50g, mas owocowy 1 szt, jablko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany soki mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekem 2%, 200ml, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopocka 50g mielona 50g, twarog ziolowy 50g, dzem 1 szt, miód 1 szt, pomidor 70g	en 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKT 30,2 g Bt 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku nsiłmim 250 ml, kawa zbozowa200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw 60g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany soki w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, ciemipi haburydziane 16g	Kawa zboz, 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopocka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 1256,5 Kcal, B 61,4 g T 48 g W 185,5 g NKT 12,9 g Bt 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt, soki wp 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mas owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany soki 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wale rżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 Kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy nieodokrzwiściach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa cukiem 200ml, chleb zwykly90, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, konserwa suwańska 50g, pasztet wp 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g ser zolby 50g, listy salny	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany soki w sosie koperkowym 60g, sur z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz z mlekem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, polędwica sopocka 50g, twarog ziolowy 50g, sur z ogorka i salny lodowy w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKT 32,6 g Bt 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – masycone kwasy tłuszczowe
Bt – białnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (tęcznie z laktosą) - kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboz z mlekem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serek topiony, twarog ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, pasztet wp, Zboza zawierające gluten- kasza, jęczmienna na mleku, kasza j

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboz, z mlekem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, sepek topiony, twarożek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, pasztet wp, Zboza zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pęczak , pieczywo, kawa zbozowa wędliny, kiełbasa krakowskaspaszet wp, konserwa suwańska, blok mielony, szynka mięsa w sosie chrzanowym, soki w sosie koperkowym, kawa zbozowa, sos ziolowy- ogrodowy, suwańska

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwańska, blok mielony, pasztet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy- ziolowy, suwańska,

Soja i produkty pochodne –wale ryzowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwańska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy - ziolowy, suwańska

Gotczyca- konserwa suwańska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.

Jajo- jajo got.

WTOREK 2 SZPITAL WOJEWÓDZKI SUWAŁKI 13.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tł. 15g, szynka konserwowa 50g, ser topiony 50g, melon 100g, mix sałat		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchewka z groszkiem 150 ml, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynkowa 50g, twaróg z cebulą 70g, sur. coleslaw 80 g, gruszka 1 szt.	en 2366,3 kcal, B 60,5 g T 85,2 g W 342,2 g NKT 31,6 g Bj 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 tł. 10g, pieczeń ryżna 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g Bj 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
papkováta	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pieczeń ryżna mielona 50g, szynka konserwowa mielona 50g, liść sałaty, melon 100g		Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), przysmak suwański - mielony 50g	en 2317,6 kcal, B 90,3 g T 79,7 g W 318,5 g NKT 29,2 g Bj 27,5 g sól 5,4 g cukry 86,4 g
dzieci do lat 3	Kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 10g, zacierka na mleku 200ml, szynka z pieści kurczaka 30g, szynka konserwowa 30g, melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 200ml, ziemniaki 100g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 60g, marchewka z groszkiem 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250 ml, jabłko 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, szynkowa 30g, ser żółty 30g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1356,5 kcal, B 63,6 g T 48,5 g W 186,5 g NKT 13,4 g Bj 14,7 g sól 3,3 g cukry 51,9 g
wizodowa	Jak papkováta	Chrupki kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, przysmak suwański mielony 50g, twaróg ziołowy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2399,6 kcal, B 90,4 g T 79,7 g W 320,5 g NKT 29,2 g Bj 27,6 g sól 5,4 g cukry 88,4 g
miskosodowa	Zacierka na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajo 1 szt., melon 100g, liść sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tł. 10g, twaróg ziołowy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2026,6 kcal, B 88,3 g T 66,7 g W 300,5 g NKT 26,2 g Bj 27,5 g sól 4,5 g cukry 83,4 g
dzieci starsze	Zacierka na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 90g, masło (82%) 15g, szynka z pieści kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	chrupki kukur. 30g, serrek homogenizowany 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 250g, stek wieprzowy z cebulą 90g/10g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 150g, kompot owocowy 200ml	Kisiel 250ml, jabłko 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, ser żółty 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 2356,5 kcal, B 90,6 g T 70,1 g W 320,4 g NKT 25,5 g Bj 30,6 g sól 4,9 g cukry 87 g

ciukrzykowa	kawab/cukru200, chleb razowy 100 mix, tł. 10, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g	chleb razowy 30g, żytośka 30g, papryka 50g	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, sur marchewki z chrzanem 120g, sur z kiszzonego ogórka 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, przysmak suwański 50g, twarożek żółtawy 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2419,6 kcal, B 92,3 g T 80,7 g W 325,5 g NKT 31,2 g Bt 28,5 g sól 5,6 g cukry 45,4 g
wątrobowa	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, pomidor 50g		Jak lekkostrawna, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g		Kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwański mielony 50g, twarożek żółtawy 70g, pomidor 30g, kefir 1 szt	en 2212,5 kcal, B 90,2 g T 71,7 g W 300,5 g NKT 28,5 g Bt 26,7 g sól 5,4 g cukry 81,4 g
dzieci bezmleczna	Zaciekta na mleku roślinnym 50 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, szynka z pieśi kurczaka 50g, szynka konserwowa 50g, liść sałaty, melon 100g	Chrupki kukurydziane 16g + deser sojowy 1 szt.	Krupnik 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski w sosie własnym 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, jabłko 1 szt.	Kawa zboż 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., szynkowa 50g, schab gotowany 50g, gruszka 1 szt., pomidor 50g	en 1150,6 kcal, B 60 g T 46,5 g W 179,9 g NKT 12,1 g Bt 12,1 g sól 2,2 g cukry 41,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tł. 10g, filet z kurczaka gotowany 50g, jajko 1 szt., melon 100g, liść sałaty	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, pulpet indyjski bez sosu 60g, buraczki 120g, marchewka z groszkiem, kompot owocowy 200ml		Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł. 10g, twarożek żółtawy 70 g, schab gotowany 50g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2000,6 kcal, B 87,3 g T 66,6 g W 297,5 g NKT 26 g Bt 27,4 g sól 4,2 g cukry 82,4 g
przy niedokrwistości	Zaciekta na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 90g, mix tł. 15g, pieczeń ryżowa 50g, szynka konserwowa 50g, melon 100g, liść sałaty	razowy 80g, mix tł. 10g, żytośka 60 g	Krupnik 200, ziemniaki 200g, stek wieprzowy bez cebuli 90g, buraczki 150g, marchew z groszkiem 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, przysmak suwański 50g, twarożek żółtawy 70g, pomidor 50g, kefir 1 szt	en 2417,8 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

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Wtorek II

Mleko (łącznie z laktosą) – zacierki na mleku, mix tł., masło 82%, kawa z mlekiem, jogurt, twarożek żółtawy, kefir, ser topiony, sos ogrodowy
Zioła zawierające gluten- zacierki na mleku, pieczywo, krupnik, stek z cebulką, pulpet, pr., kawa z mlekiem, wędliny, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, pulpet z indyka, pieczeń ryżowa
Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, chrupki kukurydziane, szynka konserwowa, pieczeń ryżowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Gończy- wędliny: pieczeń ryżowa, szynka konserwowa, przysmak suwański, szynka konserwowa, szynkowa, krakowska, sos ogrodowy
Jaja—stek, pulpet

en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
Bt – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

ŚRODA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 14.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek		Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna
ogólna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 15g, jajo got 1 szt, ser żółty 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, bakła ziemniaczana 250g, surowka z kiszzonej kapusty 150g, sur. z marchewki z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowe z mlekiem 200ml, chleb wz.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, ser biały 70g, dżem 1szt., ser topiony 2 pl., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2509,11 kcal, B 88,03 g T 94,24 g W 399,71 g NKT 37,3 g bł 26,0 g sól 5,2 g cukry 96 g
lekkostrawna	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryżowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2204,3 kcal, B 105,5 g T 74 g W 289,3,9 g NKT 27,1 g bł 26,3 g sól 4,8 g cukry 95,5 g
papirkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)		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 tł 10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2204,3 kcal, B 105,5 g T 74 g W 289,3,9 g NKT 28,1 g bł 27,3 g sól 4,8 g cukry 95,5 g
dzieci do lat 3	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, jajo gotowane 1 szt., ser żółty 30g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	budyni 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 1szt masło (82%)10g, ser biały 70g, dżem 1szt, ser topiony 2 pl., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1317,3 kcal, B 63,6 g T 48,6 g W 189,7 g NKT 13,5 g bł 15,6 g sól 4 g cukry 54,5 g
WTRZODOWA	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt. , mix tł 10g, jajo gotowane 1 szt, ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Herbatniki 25g	Ryżowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan1 szt, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt, chleb zw.60g, mix tł 10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2304,3 kcal, B 105,6 g T 74,2 g W 297,7 g NKT 27,2 g bł 26,4 g sól 4,9 g cukry 100 g
niskosodowa	Plaki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt, mix tł 10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2204,3 kcal, B 105,5 g T 74 g W 289,3 g NKT 27,1 g bł 26,3 g sól 4,3 g cukry 95,5 g
dzieci starsze	Plaki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, jajo gotowane 1 szt., ser żółty 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g , pomidor koktajlowy 10g	budyni 250ml, herbatniki 25g	Ryżowa ze śmietaną 300 ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1szt., kompot owocowy 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, masło (82%)15g, ser biały 70g, dżem 1szt, ser topiony 2 pl., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2394,3 kcal, B 107,5 g T 75,2 g W 312,9 g NKT 29,5 g bł 26,6 g sól 5,4 g cukry 100,9 g

cukrzykowa	kawa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g mix tl.10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, ogórek 70g, pomidor koktajlowy 10g	Sok pomidorowy 150 ml	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz w sosie własnym 60 g, sur z kiszanej kapusty 120g, marchewka z pestkami słonecznika 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	waflle ryżowe 2 szt.	Kawa zhoż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, ser biały 70g, kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2267,3 kcal, B 106,2 g T 73,1 g W 289,9 g NKT 28,1 g bł 26,3 g sól 4,9 g cukry 47,7 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml,kawa zhożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., białko z 2 szt. jaj, ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g		Ryzowa bez śmietany 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot 200ml		Kawa zhoż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	en 2144,3 kcal, B 105,5 g T 64,1 g W 289 g NKT 26,8 g bł 26,3 g sól 4,7 g cukry 95,5 g
bezmleczna/ dzieci bm	Płatki owsiane na mleku roślinnym 300 ml,kawa zhożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, jajo gotowane 1 szt., miód 1 szt., hummus 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Waflle ryżowe 2szt./dzieci mus owocowy 1 szt + Chrupki kukurydziane 10g	Ryzowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz w sosie własnym 60 g, surówka z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g/dzieci banan 1 szt., kompot owocowy200ml	sok owocowy 150ml	Kawa zhoż 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., masło orzechowe 50g, deser sojowy 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 1254,5 kcal, B 63,3 g T 44,5 g W 179,5 g NKT 11,4 g bł 15,1 g sól 3,2 g cukry 54 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl.10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	Waflle ryżowe 2szt.	Ryzowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz gotowany 60g, sur z kiszanej kapusty 120g, sur z marchewki z pestkami słonecznika 120g, kompot 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl.10g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2014,3 kcal, B 100,6 g T 66,1 g W 282,9 g NKT 24,1 g bł 27,8 g sól 4,5 g cukry 98,7 g
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl.15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, liść sałaty, pomarańcza 100g, pomidor koktajlowy 10g	chleb razowy 80g, mix tl.10g, pszenki warzywny 50g, ogórek 70g	Ryzowa ze śmietaną 300ml, makaron z serem i prażonymi jabłkami 160g, banan 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zhoż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, ser biały 70g, dżem 1 szt., kefir 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	en 2613,7 kcal, B 110,1 g T 91 g W 298,7 g NKT 26 g bł 37,1 g sól 4,9 g cukry 104 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogólne

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

Wykaz składników alergennych: w jadospisie w dn. Środa 11

Mleko (łącznie z laktozą) –płatki owsiane na mleku, zupa ryżowa, masło 82%, mix tł., kawa z mlekiem, budyn, ser biały półtłusty, miazsanka mleczna, makaron z serem i jabłkiem, babka ziemniaczana, kefir, twarożek z dynamiem, ser żółty, kefir, ser topiony 2 pl.

Zboża zawierające gluten- pieczywo, kawa zboż z mlekiem, herbata,liki

Seler- zupa ryżowa, hummus

Soja i produkty pochodne –waflle ryżowe, deser sojowy, hummus

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

CZWARTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 15.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, kiełbasa suwalska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warzywna drobno pokrojona 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 1 szt., mix tł. 15g, twaróg z cebulą i szczyporkiem 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2556,7 kcal, B 102,5 g T 83,8 g W 332,5 g NKT 30,6 g Bt 25,8 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, serdelek 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekiskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziółami 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g Bt 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), serdelek miśdony 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twaróg z ziółami 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2387,3 kcal, B 104 g T 75,4 g W 300,6 g NKT 27,2 g Bt 25,1 g sól 5,1 g cukry 89,4 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynkowa 30g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskupki 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbanińki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twaróg z ziółami 30g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g Bt 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
wzrostowa	Jak lekkostrawna, serdelek miśdony 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.	Sok wiśniowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, mix tł. 10g, szynka z pierś kurczaka mielona 50g, twaróg z ziółami 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2409,3 kcal, B 107,1 g T 77,5 g W 309,6 g NKT 27,5 g Bt 25,5 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż. z mlekiem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twaróg z ziółami bez soli 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2100,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 300,5 g NKT 27,2 g Bt 27,5 g sól 4,3 g cukry 91,4 g
dzieci starsze	kasza manna na 2% 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, szynkowa 50g, sopocka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskupki 30g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziółowym 60g, sur. z kap. pekiskiej z marchwą 150g, kalfior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbanińki 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż. z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, twaróg z ziółami 70g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g Bt 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g

cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzy bez soli – jajo gto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarzynowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarógzek 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 Bt 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., serdelek 1szt.,szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalfior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twarógzek 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 Bt 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, sopočka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, mus owocowy 1 szt., kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, deser jogowy 1 szt.	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, mandarynka 100g	en 1210,5 kcal, B 62,1 g T 48 g W 186,6 g NKT 12,2 g Bt 13,2 g sól 3,7 g cukry 50 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbatna 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbatna 200ml, wałie ryżowe 4ztl, mix tl 10g, twarógzek ziołowy 50g, schab gotowany 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g Bt 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 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	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalfior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, twarógzek ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, mandarynka 100g, liść sałaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g Bt 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

Bt – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w Jaldospisie w dn. Czwartek II

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekem, serdelek, kiełbasa suwańska, twarógzek ziołowy, kefir, herbatniki, serrek homogenizowany
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekem, kiełbasa suwańska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie,rosół z makaronem, szynkowa, szynka

Soja i produkty pochodne –wałie ryżowe, kalfior

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

Jajka - jajo gotowane 1 szt., biszkopty

Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

PIĄTEK 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 16.02.2024 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. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., dzem 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 kapuszy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser żółty 50g, marchew z chrzanem 70g, jabłko 1 szt.	en 2383,8 kcal, B 85,0 g T 87,9 g W 365,7 g NKT 37 g Bt 28,2 g sól 6,6 g cukry 109,1 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane 60g, dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 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 Bt 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
papukowata	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, pasta z jaja z masłem 50g, ser biały 70g, dzem 1 szt., pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.		Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g)	en 2176,9 kcal, B 99,5 g T 73,5 g W 305,1 g NKT 26,1 g Bt 29,3 g sól 5,2 g cukry 98,6 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) jajo gotowane 1 szt, ser biały 30g, dzem 1 szt., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 150g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 60g, marchewka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 15g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, serek waniliowy 1 szt., ser żółty 30g, jabłko 1 szt, pomidor koktajlowy 20g	en 1300,5 kcal, B 64,3 g T 49,7 g W 192,3 g NKT 14,4 g Bt 16,4 g sól 4,4 g cukry 54,9 g
wrzodowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, jajo gotowane mielone 1 szt., dzem 1 szt., ser biały 70g, pomidor 70g, jabłko gotowane 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Pomidorowa bśm 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany dorsz w sosie koperkowym 60g, buraczki 120g, marchewka na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopty 30g	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z ziołami 70g, miód 1 szt, liść salaty, sałatka ryżowa z tuńczykiem 100g, pomidor koktajlowy 20g	en 2266,9 kcal, B 99,6 g T 73,5 g W 307,1 g NKT 26,2 g Bt 29,4 g sól 5,3 g cukry 100,2 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, twaróg z ziołami 70g, filet z kurczaka gotowany 50g, miód 1 szt, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2156,9 kcal, B 99,5 g T 73,4 g W 299,7 g NKT 26,1 g Bt 29,3 g sól 5 g cukry 96,6 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt, dzem 1 szt., ser Hochland 2 pl., pomidor 70g, gruszka 1 szt.	Galaretki owocowa 200g, jabłko 1 szt.	Pomidorowa z ryżem 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz smażony z sezamem i koprem, sur z kapuszy białej 150g, sur. z buraczków 150g, kompot owocowy 200 ml	Biszkopty 30g, mus owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, ser żółty 50g, liść salaty, jabłko 1 szt., pomidor koktajlowy 20g	en 2649,3 kcal, B 101,3 g T 87,4 g W 330,7 g NKT 37,9 g Bt 35 g sól 6,7 g cukry 119,1 g

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

Mleko (i jego przetwory) – płatki owsiane na mleku, zupa pomidorowa ze śmietaną, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, jogurt naturalny, serek 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

Soja i produkty pochodne- wafle ryżowe, seras sojowy, hummus

Gorczyca- sur. z białej kapusty, hummus

SOBOTA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 17.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, pasztecik wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapusińnik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapusi pękniętej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,3 g 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 1szt., mix tl.10g, pasztecik 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 kapuszy pękniętej 120g, mix warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 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 27,8 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2%, mix tl.10g, chleb zw.90g, pasztecik wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, konserwa suwańska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2288,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 319,9 g NKT 27 g bł 26,4 g sól 9,3 g cukry 90,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt,masło 82% 10g, pasztecik 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt.,ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%/10g, bułka pszenna 1szt, szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2%, mix tl.10g, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa mielona 30g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwańska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2300,4 kcal, B 89,1 g T 74,3 g W 323,9 g NKT 27,8 g bł 28,4 g sól 7,4 g cukry 93,3 g
niskosodowa	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 50g, siałab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka 90g, sur. z kapuszy pękniętej 120g, miz warzyw na parze 120g,kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2005,6kcal, B 89,1 g T 64,3 g W 300,4 g NKT 23,3 g bł 26,2 g sól 4,5 g cukry 87,3 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82%, pasztecik wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt	Kapusińnik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuszy pękniętej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.,	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi 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, cukrzyz. bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fiołka szparagowa gotowana 100g	Kapusińiak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 0g, konserwa suwalska 50g, cukrzyz. bez soli - schab gotowany 50g, liść salaty, 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 1szt., chleb zw 60g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat		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 suwalska 50g liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślanym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z cukrem 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, szynka z p.kurczaka 50g, liść salaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1046,6 kcal, B 63,3 g T 47,2 g W 196,6 g NKT 12,5 g bł 12 g sól 3,4 g cukry 88,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemiaczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapuśy pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tł 10g, jajko got. 1 szt, liść salaty, kefir 1 szt, pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 23,1 g bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw 90, bułka pszenna 1szt., mix tł 15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix salat	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 pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt. mix. tł 15g, konserwa suwalska 50g, liść salaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388 kCal, 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 Jajłospisie Sobota II

Mleko (zaznaczyć z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały półtłusty, kefir 1 szt, pasztet wp.

Seler- zupa chłopska, kapusińiak, konserwa suwalska, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

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

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

Jaja- jajko gotowane

Orzechy- masło orzechowe

NIEDZIELA 2 SZPITAL WOJEWODZKI SUWAŁKI 18.02.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, ser żółty 50g, półkawa sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 2418,7 kcal, B 104,6 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 tł. 10g, ser biały półkawy 50, półkawa 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 mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 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
papierkowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półkawy 50g, dżem 1 szt., półkawa sopocka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2443,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 332,2 g NKT 28,1 g bł 31,2 g sól 5 g cukry 94,3 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, półkawa sopocka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.	waflę 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	biszkopcy 25g, kakao 200 ml	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynka z pierś kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 15 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
wrzodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, pol. sopocka mielona 50g, ser biały półkawy 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	Jak lekkostrawna	biszkopcy 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2503 kcal, B 113,1 g T 73,5 g W 352 g NKT 28,2 g bł 31,5 g sól 5,1 g cukry 98,6 g
miskosodowa	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, ser biały półkawy 50, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, schab gotowany 50g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2263 kcal, B 112 g T 62,4 g W 298,6 g NKT 25,4 g bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 88,6 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, ser żółty 50g, półkawa sopocka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	waflę 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	biszkopcy 30 g, kakao 200 ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tł. 15 g, szynka z pierś kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bł 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g

cukrzykowa	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, polećwica sopocka 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 kapuśy 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Wałe ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukrzy 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 półtłusty 50g, polećwica sopocka 50g, dżem 1 szt., mas 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
dzieci bezmleczna	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, polećwica sopocka 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 150ml, chrupku kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, deser sojowy 1 szt.	Jak wątrobową, kawa zboż. 200ml, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1023,9 kcal, B 65 g T 38,9 g W 189,3 g NKT 13,1 g bł 14,6 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbat 200ml, wałe ryżowe 4szt., mix tł 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczka bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Keir 150ml	Herbat 200ml, wałe ryżowe 4szt., mix tł 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2303,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g bł 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,6,3 g
przy niedokrwistościach	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 60g, mix tł 15g, ser żółty 50g, polećwica sopocka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tł 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 mlekem 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 bł 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en – wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w dan. Niedziela II

Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, krupnik, mix tł., maso 87%, kawa zbożowa z mlekem, ser żółty, keir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony

Seier- krupnik, grochowa, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopocka, szynkowa, smazony schabowy wp. schab duszony w sosie, biskopcy

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

Gotowca- wędliny: krakowska, blok mielony

Jajo-jajo, biskopcy