

CZWARTEK 1 SZPITAL SEJNY 02.05.2024 r.

Dieta	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, karbasa parowatowa 100g, sarnenbet 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchna 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., polećwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g Bt 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polećwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bt 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
papkowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw:90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polećwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bt 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polećwica sopocka 30g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, szynka z pieści kurczaka 30g, polećwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g Bt 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chłopska 300ml bez smietany, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z mlekem 2% 200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polećwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g Bt 28 g sól 4 g cukry 90,5 g
miskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa200ml, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chłopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jabłko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw:60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)13g, polećwica sopocka 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jabłko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezowa pierzchna 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw:90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szynka z pieści kurczaka 50g, polećwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bt 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

ciukrzycowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., cukrzycowa b/soli - schab gotowany 50g, ogorek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, Krakowska 20G	Zupa kopretkowa bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwański 50g, kefir 1 szt., cukrzycowa b/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Bj 25,5 g sól 4,8 g cukry 55,4 g
włobrowa	Kasza jęczmienna na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez smietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-owocowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwański 50g, poledwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Bj 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml + jablko 1 szt.	Chlopska bez smietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokułowym 60g, surowka z kiszonej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got. 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 83,1 g W 176 g NKT 11,3 g Bj 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waffle ryżowe 4szt., mix tl.10g, jajo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g Bj 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, blok mielony 50g, serrek większy 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl.10g, szklanka 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową piezrnią 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, przysmak suwański 50g, poledwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g Bj 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

Wykaz składników alergennych w lodospisbie Czwartek 1

Mleko (zacznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serrek

Zboża zawierające gluten – kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, poledwica drobiowa, poledwica sopočka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokułowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

Seler – zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, poledwica drobiowa

Gorczyca – zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwański, poledwica drobiowa

Jajo – jajo gotowane

Soja – przysmak suwański, kielbasa parówkowa, blok mielony, poledwica drobiowa, deser sojowy

Sezam – hummus