

NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 05.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł.15g, twarozek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liśc sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszzonej 50 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liśc sałaty, sałatka jarzynowa 80g	en 2397,7 kcal, B 108,0 g T 90,2 g W 316,20 g NKT 32,9 g Bł 22,8 g sól 5,7 g cukry 74,2 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka 50g, jablko 1 szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczakowy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
pałkowata	Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liśc sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g Bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbiożowa 200ml, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 30g, polędwica soppocka 30g, jablko 1 szt., liśc sałaty	wafile ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jablko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%)10g, chleb zw.60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liśc sałaty, pomidor 70g	en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bł 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, soppocka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liśc sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jablko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml	biszkopty 20g	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g Bł 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g
miskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbiożowa200ml, chleb zw.90g, mix tł.10g, twarozek ze śmietaną, cukrem i cytrynami 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., liśc sałaty		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw.90, mix tł.10g, schab wp.50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bł 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g

dzieci starsze	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, twarozek ze smietana, cukrem i cynamonem 70g, polciwica sopočka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	wafile ryzowe 2 szt., pomarancza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schlabowy wp. panierowym 90g, sur. z kapsusy pekinskiej 150 g, kalfator z pary 150g, kistel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 %, 1 szt.	Kawa zboz z mliekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kielbasa szynkowa drobniowa 50g, ser zolty 50g, lisc salaty, pomidor 70g	en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbozowabez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarozek z papryka i ziolami 70g, sopočka 50g, lisc salaty, ogorek 70g	chleb razowy 30g, szynkowa 30g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy kiszonej 120g, kalfator gotowany 120g, kistel bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboz bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, kielbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g
wartobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 90g, 1 twarozek ze smietana, cukrem i cynamonem 70g, sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1szt., lisc salaty		Zupa z zielonego groszku b/śm 200ml, kasza jeczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekinskiej 60g, kalfator gotowany 60g, kistel 200ml	Chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboz z mliekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kielbasa szynkowa drobniowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 1003,9 kcal, B 65,4 g T 48,9 g W 203,3 g NKT 13,1 g Bt 14,6 g sól 3,1 g cukry 90,7 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa200ml, chleb zw. 60g, schlab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml, pomarancza 100g	Ziemiaczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalfator gotowany 120g, ogorek w sosie zielonym 120g, kistel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryzowe 4szt., mix tl 10g, schlab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarozek ze smietana, cukrem i cynamonem 70g, schlab gotowany 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	Sok owocowy 150 ml				
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarozek ze smietana, cukrem i cynamonem 70g, sopočka 50g, jablko 1 szt., lisc salaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jeczmienna 200g, filet kurczacy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapsusy pekinskiej 150g, kalfator z pary 150g, kistel 200ml		Kawa zboz z mliekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kielbasa szynkowa drobniowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g Bt 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g

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. Jaldospisie w dn. Niedziela 1.:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twaróg z papryką i ziołami, twaróg ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa,

szynkowa drobiowa, sopocka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, sopocka, deser sojowy

Gorczyca- szynkowa, sopocka

Jajo – jajo gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sesam- hummus

Orzechy – masło orzechowe