

PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 29.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zboxowana z cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kaszuba wleprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboxowana z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptą sernikiem i cebulą 70g, sernik polewka 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2582,8 kcal. B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKT 28,8 g bi 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zboxowana 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbox z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serrek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal. B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bi 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
papkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zboxowana 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbox z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2317,7 kcal. B 103,4 g T 83,5 g W 316,1 g NKT 27,1 g bi 28,4 g sól 4,3 g cukry 95,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zboxowana z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cukrem i cytrynowym 30g, polewka sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, sernik polewka 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bi 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
wrzodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zboxowana 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynowym i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zbox z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal. B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,3 g bi 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
niskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zboxowana 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zbox z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, filet kurczaka gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal. B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bi 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,9 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82%, 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbox z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptą sernikiem i cebulą 70g, sernik polewka 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bi 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

ciukrzycowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść salaty, cukrzyce bś-schlub got. 50g	Sok pomidorowy 150ml+ pływna	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajko gotowane 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., ciukrzyce bez soli - filet kurczący gotowany 50g, pomidor 70g, rzecola 5g	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g b) 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały z cytrynowem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść salaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rzecola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKT 26,7 g b) 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
dzieci bezmleczna	Kasza manna na mleku roślinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mis owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., filet kurczący gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 1150,9 kcal, B 80 g T 50,2 g W 184,5 g NKT 16,4 g b) 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cytrynowem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4szt., mix tl. 10g, filet kurczący gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g b) 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1 szt mix tl. 5g, ser biały z cytrynowem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajko got. 1 szt., papryka 50g	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 130 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serrek wijski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g b) 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g

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

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek 1

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabielany, mix tt., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarożek szczypiorem i cebulą, serrek wijski, kefir, ser biały z cukrem i cytrynowem, ser żółty
Zboża zawierające gluten– kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabielany, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym
Seler- barszcz zabielany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa
Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa, deser sojowy
Gorczyca– polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicowa
Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe
Sesam- hummus
Orzechy – masło orzechowe