

PIĄTEK 1 SZPITAL SEJNY 03.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat. Hochland 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2766,5 kcal, B 105,3 g T 102,7 g W 387,7 g NKT 34 g Bt 32,4 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 88,2 g W 357,2 g NKT 27,5 g Bt 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
paplowata	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2416,7 kcal, B 119,2 g T 88,2 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g
dzieci do lat 3	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60, pasta jajeczna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretką owocowa 200g	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 60g, marchewka gotowana 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopiy 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60, ser biały półtłusty 20g, ser trójkat. Hochland 1 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2517,7 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NKT 17,1 g Bt 15,8 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
wzrostowa	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g	Sok owocowy 150 ml	Kalafiorowa bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Biszkopiy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, twaróg ziołowy 70g, dżem 1 szt., sałatka z tuńczykiem 100g, liść sałaty	en 2370,4 kcal, B 119 g T 85,1 g W 355,1 g NKT 27,5 g Bt 29,6 g sól 4,4 g cukry 84,1 g
niskosodowa	Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twaróg ziołowy 70g, siałab gotowany 50g, dżem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g Bt 29 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
dzieci starsze	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, masło 82% tl. 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretką owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopiy 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat. Hochland 2 szt., dżem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NKT 30,3 g Bt 29 g sól 4,8 g cukry 94,3 g

<p>cukrzykowa</p>	<p>Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix salat 5 g</p>	<p>Kefir 1 szt.</p>	<p>Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml</p>	<p>Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -</p>	<p>Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, twarogek ziolowy 70g, salatka z tuńczykiem 100g, liść salaty (cukrzykowa b/ soli kurczak gotowany 50g)</p>	<p>en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NKT 27,5 g Bt 29,9 g sól 4,9 g cukry 52,4 g</p>
<p>wątrobowa</p>	<p>Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, bialka z 2 jaj, ser biały 70g, miód 1 szt., jablko gotowane 1 szt., mix salat 5 g</p>		<p>Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, twarogek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tuńczykiem 100g, liść salaty</p>	<p>en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NKT 26,5 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g</p>
<p>bezmleczna/ dzieci bm</p>	<p>Ryż na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60 jajo gotowane 1szt., hummus 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml + guska 1 szt.</p>	<p>Kalafiorowa bez śmietany 200ml, kasza jęczmienna 100g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 60g, kalafior na parze 60g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Chrupki kukurydziane 16g</p>	<p>Kawa zboż 200ml, chleb zw 60, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść salaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 1183,5 kcal, B 81 g T 49,4 g W 183,2 g NKT 16,3 g Bt 14,2 g sól 2,8 g cukry 48,2 g</p>
<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemniaki 200g, dorsz na parze 60g, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, liść salaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g Bt 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryż na mleku 2%30ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw 120g, mix tl 15g, jajo gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt, jablko 1 szt., mix salat 5 g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jablko got 1 szt., papryka 50g</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż 200ml, chleb zw 120g, mix tl 15g, twarogek ziolowy 70g, dzem 1 szt., salatka z tuńczykiem 100g, liść salaty</p>	<p>en 2566,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g Bt 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>	

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa obiadowa, kalafiorowa, szczawiowa, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarogek ziolowy, ser żółty
Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biszkopty, kawa zbożowa z mlekiem, szynkowa
Seier- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa
Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, deser sojowy
Jajo – jajo got., biszkopty, pasta jajeczna, dorsz w jajku
Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, salatka z tuńczykiem
Orzechy – masło orzechowe Sezam- hummus

Wskaz składników alergennych: w jadospisie w dn. piątek 1

- Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
Bt – Błonnik
sól – sól
cukry - cukry