

WTOREK 1 SZPITAL SEJNY 30.04.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość kaloryczna i kaloryczna postać
ogólna	Ryz. na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszka 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznצל / kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapuśy z zurażwiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-duszona 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mandarynka 100 g	en 2417,8 kcal. B 106,9 g T 78,7 g W 349,0 g NKT 35,5 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryz. na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal. B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g bł 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryz. na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 100g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2388,2 kcal. B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g bł 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryz. na mleku 2%, 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, 10g, jajo 1 szt., salsal gotowany 50g, gruszka 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 10g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 200ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 1230,9 kcal. B 61,8 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g bł 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
wyzłodowa	Ryz. na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 10g	Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż./z mlekiem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2459,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g bł 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
niskosodowa	Ryz. na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, salsal gotowany 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., nocioła 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż./z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	en 2099,9 kcal. B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bł 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
dzieci starsze	Ryz. na mleku 2%, 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, gruszka 1 szt., nocioła 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapuśy z zurażwiną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż./z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, mandarynka 100g	en 2596,5 kcal. B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bł 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek kiszony 50g, nocioła 5g	chleb razowy 30g, przysmak słodki 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapuśy z zurażwiną 120g, kompot owocowy błc 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż./ bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal. B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bł 34,8 g sól 5,5 g cukry 46,4 g

wątrobowowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp., 50g - białko gotowanego jajo 1 szt., banan 1 szt., tuńczyk 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salata	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bł 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., tuńczyk 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salata, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bł 15 g sól 3 g cukry 46,6 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2%, 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., tuńczyk 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g - kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix salata	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bł 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
przy niedoborach witamin	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik wp., 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., tuńczyk 5g	chleb ryżowy 60g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g w sosie koperkowym, sur. z karp. pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2%, 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salata	en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bł 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 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 JADŁOSPISIE w dn. wtorek 11.

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż, na mleku, zupa pomidorowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztecik
 Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka, kawa zbozowa z mlekem, kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna
 Seler- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa,
 Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa, deser sojowy
 Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztecik wp., szynka konserwowa,
 Jajka-jajko, szynka z kurczaka