

# NIEDZIELA 2 SZPITAL SEJNY 12.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g		Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, mandarynka 100g	en 2418,7 kcal, B 104,6 g T 89,9 g W 350,8 g NKT 31,4 g bj 24,1 g sól 5,7 g cukry 99,0 g
<b>lekkostrawna</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50, polędwica sopočka 30g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2403,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g bj 30,2 g sól 5 g cukry 92,3 g
<b>paplowata</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, dzem 1 szt., polędwica sopočka 50g, mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g) blok mielony 50g szynkowa mielona 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2443,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 332,2 g NKT 28,1 g bj 31,2 g sól 5 g cukry 94,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopočka 30g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt.	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml	biskopki 25g, serkek waniliowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1205,4 kcal, B 66,4 g T 40,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bj 15 g sól 3,0 g cukry 89,5 g
<b>wrzodowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, pol. sopočka mielona 50g, ser biały półtłusty 50g, dzem 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Kisiel 250ml	jak lekkostrawna	biskopki 25g	Jak lekkostrawna, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2503 kcal, B 113,1 g T 73,5 g W 352 g NKT 28,2 g bj 31,5 g sól 5,1 g cukry 98,6 g
<b>niskosodowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50, gotowany filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2263 kcal, B 112 g T 62,4 g W 298,6 g NKT 25,4 g bj 30,2 g sól 4,3 g cukry 88,6,3 g
<b>dzieci starsze</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dzem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g	wafle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt.	Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml	biskopki 30 g, serkek waniliowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tl. 15 g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2516,8 kcal, B 113,3 g T 80,7 g W 340,1 g NKT 30,4 g bj 34,7 g sól 5 g cukry 105,4 g

<b>cukrzykowa</b>	kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	chleb razowy 20g, jajo got. 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, sur. z kiszoni kapsuły 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	sok wielowarstwowy 150ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, sernikowa 50g (cukrzec bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt), liść sałaty, pomidor 70g	en 2402,3 kcal, B 113 g T 73,4 g W 311,2 g NKT 28,1 g Bł 30,3 g sól 5 g cukry 50,3 g
<b>wątrobowa</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, ser biały półtłusty 50g, polędwica sopocka 50g, dzem 1 szt, mas owocowy 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2389,3 kcal, B 112,9 g T 67,4 g W 332,1 g NKT 28 g Bł 31,2 g sól 4,9 g cukry 94,3 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Makaron na mleku roślinnym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 90g, polędwica sopocka 50g, hummus 50g, jablko 1 szt, dzem 1 szt, ogórek 70g	Sok owocowy 150ml, chrupku kukurydziane 16g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, deser sojowy 1 szt.	Jak wątrobowa, kawa zboż 200ml, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 1023,9 kcal, B 65 g T 38,9 g W 189,3 g NKT 13,1 g Bł 14,6 g sól 3,1 g cukry 87,7 g
<b>bezglutenowa</b>	Kvz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany, filet z kurczaka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 200ml	Ziemniaczana bez faniens 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml	Kefir 150ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g	en 2505,9 kcal, B 112,8 g T 62,4 g W 304,5 g NKT 25,4 g Bł 32,1 g sól 4,3 g cukry 92,63 g
<b>przy niedobrościach</b>	Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw 60g, mix tl 15g, ser żółty 50g, polędwica sopocka 50g, dzem 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, kurkowska 50g, pomidor 50g	Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 1200g, mix tl 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2513,3 kcal, B 113,5 g T 70,5 g W 313,3 g NKT 27,1 g Bł 30,4 g sól 4,8 g cukry 97,3 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - masowe kwasy tłuszczowe
- Bł - błonnik
- sól - sól
- cukry - cukry

**Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Niedziela II**

Mleko (licznie z laktozą) – makaron na mleku, krupnik, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serek waniliowy  
 Zboża zawierające gluten- makaron na mleku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z mlekiem, herbatniki, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopocka, szynkowa, smazony schabowy wp schab duszony w sosie, biszkopty  
 Selet- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopocka  
 Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony  
 Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony  
 Jajo-jajo, biszkopty  
 Sezam- hummus