

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 06.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 15g, warstek ze szczyptkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, duszona szklka mięsa w sosie chrzynowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, serok topiony 2 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKt 32,1 g Bt 31,9 g sól 5,8 g cukry 54,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 15g, warstek ze szczyptkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2337,8 kcal B 87,9 g T 75,4 g W 332,9 g NKt 27,9 g Bt 28,9 g sól 5,3 g cukry 55,1 g
papkowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa suwalska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), polędwica sopočka 50g, mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 1156,5 kcal B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKt 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszczyma 1szt., miasto (82%)10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150 ml gruska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszczyma 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, Hse sałaty, jogurt owocowy 1 szt.	en 2537,8 kcal B 98,8 g T 75,8 g W 339,9 g NKt 28,3 g Bt 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
wyzłodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Jak lekkostrawna polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2187,8 kcal B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKt 26,6 g Bt 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 10g, ser biały polniasty 70g, gotowany kurczak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2256,5 kcal B 80,6 g T 87,5 g W 351,5 g NKt 28,2 g Bt 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczyma 1 szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 250ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczyma 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2171,8 kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKt 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, pasztecik wp. 50g, ogórek 70g, Hse sałaty (chleb b/6 jajo 1 szt.)	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy, (chleb bez soli - jajo got. 1 szt., twaróg ziołowy), sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	

wątrobowowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa/200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, mas owocewy 1 szt., jablko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszzak 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kasza z chleb z mlektem 2% 200ml, bułka pszenna 1szt., polećwica soppodka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKt 30,2 g Bj 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinianym 250 ml, kawa zbożowa/200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, jajo 1 szt., ketchup krakowski 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mas owocewy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszzak 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, chrupki kukurydziane 16g	Kawa zboż. 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., polećwica soppodka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 1256,5 kcal, B 61,4 g T 48 g W 185,5 g NKt 12,9 g Bj 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, jajo gotowane 1 szt, szałw wp.50g, jablko 1 szt., ogórek 70g, mas owocewy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszzak 200g, szałw 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałde rzozwe 4szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany karczki 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKt 25,1 g Bj 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedożywieniach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, ciemna 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp.50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mił 10g ser żółty 50g, list szałw	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pszzak 200g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polećwica soppodka 50g, twaróg żółtawy 50g, sur. z ogórka i szałw lodowy w sosie żółtawym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKt 32,6 g Bj 31 g sól 5,9 g cukry 98,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKt - masywne kwasy tłuszczowe

Bj - błonnik

sól - sól

cukry - cukry

Wyzkaz składników alergenychn: w jadalospisic w dn. Poniedziatek II

Mleko (zawieszanie z laktozą) - kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlektem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, bułdyni, serek topiony, twaróg żółtawy, jogurt owocowy, sos żółtawy - ogrodowy, pasztet wp.

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pszzak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska, konserwa soppodka wp., konserwa suwalska, blok mielony, sznka mięsa w sosie chrzanowym, szałw w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos żółtawy- ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - żółtawy, suwalska,

Soja i produkty pochodne - wałde rzozwe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polećwica soppodka, blok mielony, sos ogrodowy - żółtawy, suwalska

Gorczyca- konserwa suwalska, polećwica soppodka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.

Jajo- jajo got