

# SOBOTA 2 SZPITAL SEJNY 11.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, paszlet wp. 70g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Kapusznik 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur. z kapuści pekińskiej z sosem vinegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,3g NKT 27,4 g hl 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl10g, paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8g NKT 27 g hl 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
<b>papkowata</b>	Kasza manna na mleku 2%, mix tl10g, chleb zw.90g, paszlet wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, konserwa suwalska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2288,6kcal, B 89 g T 74,3 g W 319,9 g NKT 27 g hl 26,4 g sól 9,3 g cukry 90,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1szt, masło 82% 10g, paszlet 30g, szynka konserwowa 30g, jablko 1 szt, ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 1szt, szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g hl 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
<b>wrzodowa</b>	Kasza manna na mleku 2%, mix tl10g, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., paszlet wp.50g, szynka konserwowa mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mix sałat	Chrupki kukurydziane 16g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym mielone 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa suwalska mielona 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2300,4 kcal, B 89,1 g T 74,3 g W 323,9 g NKT 27 g hl 28,4 g sól 7,4 g cukry 93,3 g
<b>niskosodowa</b>	Kasza manna mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały półtłusty 50g, szałba gotowy 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Zupa chłopska bez soli 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2005,6kcal, B 89,1 g T 64,3 g W 300,4 g NKT 26,3 g hl 26,2 g sól 4,5 g cukry 87,3 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% , paszlet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapusznik 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur. z kapuści pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g hl 32,5 g sól 7,2 g cukry 90,3 g

<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyż bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzynny 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł.10g, konserwa suwalska 50g, cukrzyż bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, pasztet wp.50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix salat		Zupa chlopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw.60g, konserwa suwalska 50g liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 206,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku rozłożonym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, schab gotowany 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 70g, mix salat	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chlopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mus owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tł.10g, szynka z p kurczaka 50g, liść sałaty, deser sojowy 1 szt., pomarańcz 100g	en 1046,6 kcal, B 63,3 g T 47,2 g W 196,6 g NKT 12,5 g bł 12 g sól 3,4 g cukry 88,5 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł.10g, ser biały półtusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tł.10g, jajo got. 1 szt, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
<b>przy miedokrwistościach</b>	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw.90, bułka pszenna 1 szt., mix tł.15g, kasza manna na mleku 2% 250 ml, pasztet wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix salat	chleb razowy 80g, mix tł.10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chlopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt. mix. tł.15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6 kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8 g NKT 27,1 g bł 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 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 alergennych: w **Jadłospisie Sobota II**

- Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, ser biały półtusty, kefir 1 szt, pasztet wp.
- Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, mieszanika płynna, pieczywo, zupa chlopska, kawa zbożowa z mlekem, pasztet wp, szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym
- Seler- zupa chlopska, kapuśniak, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa
- Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, deser sojowy
- Gończy – konserwa suwalska, pasztet wp., szynka konserwowa, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka
- Jaja – jajo gotowane
- Orzechy – masło orzechowe