

CZWARTEK 1 SZPITAL SEJNY 16.05.2024 r.

Dieta	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 pszenna 1szt., mix tl 15g, ketchup parówkowa 100g, ciemnobert 30g, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzcha 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2787,4 kcal, B 92,8 g T 114,4 g W 372,3 g NKT 37,8 g Bj 23,9 g sól 4,8 g cukry 101,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKT 31,2 g Bj 28,1 g sól 4,8 g cukry 104,4 g
paplowata	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielona 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 53,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKT 12,4 g Bj 12,9 g sól 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa chlopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herotia z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, szytka z pieści kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2807,2 kcal, B 85,9 g T 98,8 g W 369,9 g NKT 30,1 g Bj 29,2 g sól 4,7 g cukry 109,4 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g	Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 250ml	Kawa zbożowa z makiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2387,2 kcal, B 83,4 g T 85,5 g W 344 g NKT 27,7 g Bj 28 g sól 4 g cukry 90,6 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z makiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl 10g, jajko gotowane, kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bj 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, polędwica sopočka 50g, serek wiejski 1 szt, pomarańcza 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzcha 250g, gruska 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z makiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, mix tl 15g, szytka z pieści kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKT 36,2 g Bj 33,5 g sól 5 g cukry 115,2 g

ciukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., cukrzykowa b/soli - schab gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakowska 20G	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany w sosie brokietowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	sok pomidorowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/soli - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt, pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKT 27,3 g Hl 25,5 g sól 4,9 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablo gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, poledwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2211,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKT 20,5 g Hl 20,9 g sól 3,9 g cukry 99,3 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym, 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., hummus 50g, deser sojowy 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml + jablo 1 szt.	Chlopska bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab gotowany w sosie brokietowym 60g, surówka z kiszonej kapusty 60g, fasolka na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw 60g, dzem owocowy 2 szt., jajo got 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1034,9 kcal, B 63,5 g T 38,1 g W 176 g NKT 11,3 g Hl 12,4 g sól 3,5 g cukry 87,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surówka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, warle ryżowe 4szt., mix tl 10g, jablo gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g Hl 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, sernikowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, przysmak suwalski 50g, poledwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2688,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g Hl 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Wykaz składników alergennych, w Jajlospisie, Czwartek 1

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

bl – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Mleko (fazynie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek wiejski, camembert, poledwica drobiowa

Zboża zawierające gluten – kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, poledwica drobiowa, sopočka, chlopska, fasolowa, schab w sosie brokietowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

Seler – zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, poledwica drobiowa

Gorzyczka – zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, poledwica drobiowa

Jajo – Jajo gotowane

Soja – przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, poledwica drobiowa, deser sojowy

Sezam - hummus