

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 18.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku	
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 15g, serwatka 50g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Jak lekkostrawna, mielona	Jak lekkostrawna, bez soli	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 30g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 15g, jabłko 1 szt., krakowska 50 g, cynamber 30g, sur. z marchewki 70g, pomarańcz 100g	en 2100,2 kcal, B 88,5 g T 80,9 g W 293,3 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 10g, serdelki 1szt., pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 60g, kisiel 200ml	Jak lekkostrawna, mielona	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.,	en 2238,6kcal, B 89,9 g T 75,3 g W 302,3 g NKT 26,9 g bł 28 g sól 5,3 g cukry 89,9 g
papkowata	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, serdelki mielony 1szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g, melon 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100 , pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 60g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 1159,6kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g	
wrzodowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 10g, serdelki mielony 1szt., pasztec 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 10g, krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2100,2 kcal, B 88,3 g T 76 g W 306,6 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,3 g	
mikrostrawna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jak lekkostrawna, bez soli			Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., mix tl. 10g, fiol kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, melon 100g	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g	
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) 5g, ser Hochland 2 pl., polędwica drobiowa 50g, pasztec 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) tl. 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g	

ciukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serdelek 1 szt., paszeta 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g)	sok wliczony 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa 200ml 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miśto mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, liść sałaty	<p>en 2158,6kcal, B 90 g T 7,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,3 g cukry 50,4 g</p>
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., serdelek mielony 1szt., paszeta 50g, jabłko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, bureczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z oliwą 70g, miś owocowy 1 szt.	<p>en 2171,6kcal, B 92,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g</p>	
dzietci bezmleczna	Płatki owsiane na mleku roślinnym 200ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., dzem owocowy 2 szt., pasta warzywna 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g + miślon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka 60g, bureczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 60g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Kawa zboż z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., jajo 1 szt., krakowska 50 g, marchew z oliwą 70g, miślon 100g	<p>en 1089,6 kcal, B 66,4 g T 48,1 g W 192,7 g NKT 11,5 g bł 12,1 g sól 3,2 g cukry 82,5 g</p>
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, jajo got. 1 szt., schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gałka muszna indyjska 60g, bureczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, warle ryżowe 4 szt., mix tl 10g, Miś kurczocy gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, miślon 100g	<p>en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g</p>
przy niedokrwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb awykh 90g, mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść sałaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, bureczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb raz. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, miślon 100g	<p>en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g</p>	

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
 - B - białko ogółem
 - T - tłuszcz
 - W - węglowodany ogółem
 - NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
 - bł - białko
 - sól - sól
 - cukry - cukry
- Wykaz składników alergicznych w Jaldospisie w dn. Sobota 1**
- Mleko (fajcznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serrek Hochland, camembert, paszeta
- Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, paszeta, kawa zbożowa z makiem, wędliny, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa suwalska, pasta warzywna
- Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, paszeta, pasta warzywna
- Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, paszeta wp., deser sojowy
- Gorczyca- serdelek, krakowska, szynkowa, paszeta wp.
- Jajo i prod. pochodne – jajo