

# WTOREK 1 SZPITAL SEJNY 14.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, 1 jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony sznycel z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zaturewaną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2417,8 kcal, B 106,9 g T 78,7 g W 349,0 g NKT 33,3 g b1 281,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
<b>lekkostrawna</b>	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2389,6 kcal, B 105,7 g T 74,1 g W 310,1 g NKT 30,2 g b1 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
<b>parkowata</b>	Ryż na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszeta wp. 50g, jajko mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2388,2 kcal, B 105,7 g T 73,1 g W 310,2 g NKT 30 g b1 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Ryż na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., serek śmiet. gotowany 30g, gruska 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem bez similany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata 2 z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szynka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 1230,9 kcal, B 61,3 g T 40 g W 190,1 g NKT 12,8 g b1 6,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
<b>wrzdodowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszeta wp. 50g, jajko mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2459,5 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,3 g b1 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
<b>niszkosodowa</b>	Ryż na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, serek gotowany 50g, jajko 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szynca 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2596,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g b1 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
<b>dzieci starsze</b>	Ryż na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruska 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zaturewaną 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g b1 34,8 g sól 5,5 g cukry 46,4 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, ogórek kiszony 50g, rucola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwalSKI 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczecy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zaturewaną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	

<b>wałtorbowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, biało gotowany jaję 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż./zmielkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salat	en 238,1, 2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g bł 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., schab gotowany 50g, jaję 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiego 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat, deser joglowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g bł 13 g sól 3 g cukry 46,6 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jaję got. 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Waflę ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaka 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflę ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2203,6 kcal, B 100,9 g T 67,1 g W 309,7 g NKT 24,7 g bł 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,6 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztet wp. 50g, jaję 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	chleb razowy 60g, mix tl. 10g, blok miśny 50g, ogórek 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaka 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiego 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat	en 2489,7 kcal, B 109,7 g T 77,1 g W 319,1 g NKT 30,2 g bł 36,1 g sól 5,7 g cukry 92,7 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

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

**Wykaz składników alergennych: w JADŁOSPISIE w dn. wtorek 11:**

Mleko (łącznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z mlekkiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztet zioła zawierające gluten- pomidorowa z makaronem , pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekkiem, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna

Seler- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, deser joglowy

Gorczyca- kiełbasa szynkowa, pasztet wp., szynka konserwowa, Jajka- jajko, szynceł z kurczaka