

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 20.05.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość kaloryczna i posilku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,5g, twaróg ze szczyptką 70g, kiełbasa krakowska 50g, kisiny ogórek 70g, papryka 50g, jablko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 160g, duszona szklka mięsa wp. w sosie śmietanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokoli 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,5g, polędwica sopočka 50g, ser 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 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,5g, twaróg smażony 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,0g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal, B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKt 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
paplowata	Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa sardynka mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mas owoce 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), polędwica sopočka 50g mielona 50g, twaróg ziołowy 50g, dżem 1 szt., pomidor miód 1 szt., papryka 70g	en 2337,8 kcal, B 97 g T 75,4 g W 332,9 g NKt 27,9 g Bt 28,9 g sól 5,3 g cukry 95,1 g
dzietci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, jajo 1 szt., kiełbasa krakowska 30g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mas owoce 1 szt.	Budń 150 ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pszenna 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 200ml	Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 50g, kisiny owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 80,6 g T 47,9 g W 181,5 g NKt 12,2 g Bt 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
wrzodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,0g, konserwa sardynka mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., mas owoce 1 szt.	Budń 150ml	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszenna 160 g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli 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 2537,8 kcal, B 98,8 g T 75,9 g W 339,9 g NKt 28,3 g Bt 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g
niskosodowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,0g, jajo gotowane 1 szt., schab gotowany 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mas owoce 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,0g, ser biały półtłusty 70g, gotowany burzak 1 szt., sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2187,8 kcal, B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKt 28,6 g Bt 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,5g, jajo got. 1 szt., krakowska 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., mas owoce 1 szt.	Budń 250ml, gruska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszenna 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 1,5g, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 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 4,9 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, konserwa sardynka 50g, paszeta wp. 50g, ogórek 70g, liść salaty (cały) białego 1 szt.	Kalendar gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszenna 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokoli gotowany 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy, (cały) bez soli - lodowy w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKt 27,7 g Bt 52,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g

wątrobową	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa ziołowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szałw. w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., półportwica sopočka 50g, mielona 50g, warog ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., ponidler 70g	en 2400 Kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKT 30,2 g Bt 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci bezmleczna	Kasza jęczmienna na mleku roślinnym 250 ml, kawa ziołowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, jajo 1 sztuka, ketchup krakowski 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml, gruzka 1 szt.	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szałw. w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml, ciupki kakuszydane 16g	Kawa zboż. 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., półportwica sopočka 50g, masło orzechowe 50g, ponidler 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 1266,5 Kcal, B 61,4 g T 48,9 g W 185,6 g NKT 12,9 g Bt 13,4 g sól 2,9 g cukry 53,2 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., szałw. wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza, pieczak 160g, gotowany szałw. marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałki ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany karczak 1 szt., ponidler 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 Bt 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
przy niedoborach witamin	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa ziołowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 5g, konserwa suwalska 50g, pasztet wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, filet sardyń	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza, pieczak 200g, gotowany szałw. w sosie koperkowym 60g, sir. z marchewki 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, półportwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sir. z ogórka i sardyń lodowej w sosie ziołowym 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 Bt 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna
B - białko ogółem
T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
Bt - błonnik
sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (wzajemnie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż. z mlekem, ser biały, barszcz ze śmietaną, budry, serek topiony, twaróg owocowy, sos ziołowy - ogrodowy, pasztet wp. Zboża zawierające gluten- kasza, jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny: kiełbasa krakowska, pasztet wp., konserwa suwalska, blok mielony, sznita mięsa w sosie chrzanowym, szałw. w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ziołowy- ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziołowy, suwalska.
Soja i produkty pochodne – wałki ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, półportwica sopočka, blok mielony, sos ogrodowy - ziołowy, suwalska

Gorczyca- konserwa suwalska, półportwica sopočka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp.
Jaja- jajo got.