

WTOREK 1 SZPITAL SEJNY 28.05.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruszka 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smażony sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zaturenia 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-duszona 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100 g	en 2415,8 kcal, B 106,9 g T 78,7 g W 348,9 g NKt 35,3 g Bh 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 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 Bh 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
paplowata	Ryz na mleku 2%, 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszeta wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 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 Bh 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dziewci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., szałw. schab gotowany 30g, gruszka 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem bez smitalary 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, 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 61,8 g T 40,9 g W 190,1 g NKt 12,8 g Bh 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
wzrostowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, paszeta wp. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 16g	Pomidorowa z makaronem bez smitalary 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKt 30,3 g Bh 34,8 g sól 5,1 g cukry 93,7 g
miskosodowa	Ryz na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kurczaka 160g, gotowany filet kurczacy 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 mlekiem 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 Bh 40,7 g sól 5,8 g cukry 86,7 g
dziewci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, gruszka 1 szt., rucola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, sznצל z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zaturenia 150g, kalafior na parze z pestkami słonecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 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 Bh 34,8 g sól 5,1 g cukry 46,4 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, paszeta wp. 50g, ogórek kiszony 50g, rucola 5g	chleb razowy 30g, przysmak suwałski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zaturenia 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	

WARTOBOWA	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., kielbasa szynkowa 50g, pasztec wp, 50g, biało gotowanego jajko 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g		Pomidorowa z makaronem bez smietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz./mlekiem 2% 200ml, chleb zw 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały 70g, szynka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix salat	en 2381,2 kcal, B 105,6 g T 68,1 g W 308,1 g NKT 29,5 g Bt 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbozowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekiskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz./200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat, deser sojowy 1 szt.	en 1189,9 kcal, B 60,2 g T 38,6 g W 183,4 g NKT 12,1 g Bt 13 g sól 3 g cukry 46,5 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajko got. 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g	Wale ryzowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze smietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczacy 60g, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wale ryzowe 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 Bt 34,1 g sól 4,4 g cukry 92,5 g
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbozowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kielbasa szynkowa 50g, pasztec wp, 50g, jajko 1 szt., banan 1 szt., rucoła 5g	chleb ryżowy 60g, mix tl. 10g, bisk. miodowy 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczacy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekiskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz./mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., 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 Bt 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 - nasycone kwasy tłuszczowe
- Bt - błonnik
- sól - sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w JADŁOSPISIE W dn. wtorek 1:

Mleko (fakcznie z laktozą) – ryż na mleku, zupa pomidorowa mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztec jęczmienna

Zboża zawierające gluten- pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbozowa z mlekiem, kielbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna

Seler- zupa pomidorowa, kielbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa,

Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kielbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gorczyca- kielbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa,

Jajka-jajko, szynka z kurczaka