

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 10.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 30g, bułka pszenna 30g, bułka pszenna 1 szt, mix tl 15g, polećwica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kasza wierzchna 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, twarzązek ze szczyporkiem i cebulą 70g, szynka polećwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2582,8 kcal. B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKT 28,8 g bi 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polećwica sopočka 50g, jablko gotowane 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, serek wiejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal. B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bi 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
paplkowata	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polećwica sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 1220,5 kcal. B 81,3 g T 50,8 g W 183,5 g NKT 17,2 g bi 15,7 g sól 2,8 g cukry 50,5 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cytrynanem 30g, polećwica sopočka 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polećwiczna 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2470,5 kcal. B 109,3 g T 68,1 g W 365 g NKT 27,5 g bi 25,8 g sól 5,4 g cukry 98,6 g
wzrostowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, ser biały z cytrynanem i cukrem 70g, polećwica sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty	Sok pomidorowy 150 ml	Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, przysmak suwalski mielony 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2149,7 kcal. B 105,1 g T 75,2 g W 315,2 g NKT 22,7 g bi 25,3 g sól 4,1 g cukry 94,2 g
miskosodowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Jak lekkostrawna, bez soli		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw: 90g, mix tl 10g, fiolki kurczęcy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,7 g bi 24,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82% 15g, polećwica sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dzem 1 szt., jablko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 250g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, twarzązek ze szczyporkiem i cebulą 70g, szynka polećwiczna 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal. B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,7 g bi 24,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g

<b>cukrzycowa</b>	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce bis-schab got. 50g	Sok pomidorowy 150ml+ pylna	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt.; cukrzyce bez soli - filet kurczycy gotowany 50g, pomidor 70g, rucola 5g	en 2579,5 kcal B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKt 28,1 g bl 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
<b>wałtorbowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, rucola 5g	en 2370,6 kcal B 104,4 g T 65,5 g W 315,1 g NKt 26,7 g bl 28,7 g sól 5,5 g cukry 94 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku roslinnym 20ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, hummus 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok owocowy 1 szt.	Barszcz bez śmietany 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mus owocowy 1 szt.	Kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., filet kurczycy gotowany 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1150,9 kcal B 80 g T 50,2 g W 184,3 g NKt 16,4 g bl 15,8 g sól 4,1 g cukry 50,5 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, ser biały z cynamonem i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 45zd., mix tl. 10g, filet kurczycy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2122,5 kcal B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKt 25,3 g bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt, mix tl. 15g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1szt., papryka 50g	Barszcz zabielany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surowka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, przysmak suwalski 50g, serek wiśjski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2560,1 kcal B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKt 28,5 g bl 30,1 g sól 5,5 g cukry 98,7 g

**Wykaz składników alergicznych: w Jadalospisie w dn. Poniedziałek 1.**

- Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabielany, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z mlekem, twarożekże szczypiorami i cebulą, serek wiśjski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty  
Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabielany, kawa zbożowa z mlekem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwicyowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym  
Selef- barszcz zabielany, wedliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicyowa  
Soja i produkty pochodne –waflle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicyowa, deser sojowy  
Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwicyowa  
Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe  
Sezam- hummus  
Orzechy – masło orzechowe