

WTOREK 1 SZPITAL SEJNY 11.06.2024 r.

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik vp. 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, smazony szywec z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 160g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pekini stoniecznika 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, pasta twarogowo-chrzanowa 70g, szytka 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 bl 28,1 g sól 5,5 g cukry 94,1 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik vp. 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczesy 60g w sosie koperkowym, sur. z karp. pekinijskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szytka 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 bl 34,1 g sól 5 g cukry 90,7 g
parpławkowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik vp. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g		Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczesy mielony 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 60g, marchewka gotowana na parze 60g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboz. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szytka 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 bl 34,2 g sól 5 g cukry 90,7 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 200ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, jajo 1 szt., sziłka gotowana 30g, gruska 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 10g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem bez smiatany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczesy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 30g, ser biały 30g, szytka konserwowa 30g, ogórek 70g, pomarańcz 100g	en 2459,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 316,1 g NKT 30,5 g bl 16,7 g sól 3,1 g cukry 51,1 g
wzrostowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa mielona 50g, pasztecik vp. 50g, jajo mielone 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 10g	Pomidorowa z makaronem bez smiatany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczesy 60g w sosie koperkowym, kalafior gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboz. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, ser biały 70g, szytka konserwowa mielona 50g, pomidor 70g, mix sałat	en 2099,5 kcal, B 100,7 g T 67,1 g W 305,1 g NKT 24,2 g bl 32,1 g sól 4 g cukry 86,7 g
niskosodowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zrzozowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, sziłka gotowana 50g, jajo 1 szt., banana 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szywec z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pekini stoniecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok jabłkowy 100 % 1 szt.	Kawa zboz. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, ser biały 70g, szytka konserwowa 50g, ogórek 80g, pomarańcz 100g	en 2396,5 kcal, B 107,3 g T 87,7 g W 332 g NKT 35,5 g bl 40,7 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zrzozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik vp. 50g, gruska 1 szt., nuciola 5g	Chrupki kukurydziane 30g, banana 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, szywec z kurczaka 90g, kasza jęczmienna 200g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 150g, kalafior na parze z pekini stoniecznika 150g, kompot owocowy 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboz. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szytka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 5,5 g cukry 46,4 g
cukrzykowa	Kawa zrzozowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztecik vp. 50g, ogórek kiszony 50g, nuciola 5g	chleb razowy 30g, przyśmak suwalski 30g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczesy 60g w sosie koperkowym, sur. z karp. pekinijskiej 120g, sur. z kiszanej kapusty z zurażną 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150ml	Kawa zboz. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, ser biały 70g, szytka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix sałat	en 2451,6 kcal, B 106,6 g T 74,2 g W 310,1 g NKT 30,3 g bl 34,8 g sól 5,5 g cukry 46,4 g

wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., kiełbasa szynkowa 50g, pasztec wp. 50g, białko gotowanego jajka 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g		Pomidorowa z makaronem bez smiatany 300ml, kasza jęczmienna 160g, gotowany filet kurczaczy 60g, w sosie koperkowym, katalof gotowany na parze 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml			Kawa zboż. z mlekkiem 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 bł 34,1 g sól 4,9 g cukry 90,8 g
dzieci bezmleczna	Ryz na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., schab gotowany 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miodola 3g	Chrupki kukurydziane 16g + banan 1 szt.	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaczy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 120g, marchewka gotowana na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż. 200ml, bułka pszenna 1szt., szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat, deser siołowy 1 szt.	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	
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, schab gotowany 70g, jajo got. 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	Wafle ryżowe 2szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany filet kurczaczy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt. mix tl. 10g, ser biały 70g, schab gotowany 50g, pomidor 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	
przy niedokrwistościach	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt mix. tl. 13g, kiełbasa szynkowa 50g, pasztec wp. 50g, jajo 1 szt., banan 1 szt., miodola 5g	chleb razowy 60g, mix tl. 10g, białko mielony 50g, ogórek 50g	Pomidorowa z makaronem 300ml, kasza jęczmienna 200g, gotowany filet kurczaczy 60g, w sosie koperkowym, sur. z kap. pekińskiej 150g, marchewka gotowana na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, ser biały 70g, szynka konserwowa 50g, ogórek 70g, mix salat		

Oznaczenia wskaźników odżywczych:
en - wartość energetyczna
B – białko ogółem
T – tłuszcz
W – węglowodany ogółem
NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
bł – błonnik
sól – sól
cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych: w. Jadalność w dn. wtorek 1:
Mleko (łącznie z laktozą) – ryż, na mleku, zupa pomidorowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekkiem, pasta twarogowo-chrzanowa, ser biały, pasztec
Zboża zawierające gluten - pomidorowa z makaronem, pieczywo, panierowany filet z kurczaka, filet z kurczaka w sosie koperkowym, kawa zbożowa z mlekkiem, kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, kasza jęczmienna
Selier- zupa pomidorowa, kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa,
Soja i produkty pochodne – chrupki kukurydziane, kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa, deser siołowy
Gorczyca – kiełbasa szynkowa, pasztec wp., szynka konserwowa,
Jajka-jajko, szynceł z kurczaka