

# CZWARTEK 2 SZPITAL SEJNY 20.06.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2%, 250ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, kiełbasa wawuliska 1 szt., szynkowa 50g, ogórek 70g, banana 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, wątrołka drobiowa duszona z cebulką i karmelizowanymi jabłkami 100g, surówka z czerwonej kapusty 150g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl.15g, twarózek z cebulą i szczyptą siemki 70g, szynka z pierśsi kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2554,7 kcal, B 102,2 g T 83,8 g W 332,4 g NKT 30,6 g bł 25,8 g sól 8 g cukry 96,7 g
<b>lekkostrawna</b>	kasza manna na 2% 250 ml, kawa zhożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, serderek 1szt, szynkowa 50g, ogórek 70g, banana 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twarózek z ziołami 50g, szynka z pierśsi kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
<b>papkowata</b>	Jak lekkostrawna (chleb zw.90g), serderek mielony 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banana 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 200ml		Jak lekkostrawna (chleb zw. 90g), twarózek ziołowy 50g, szynka z pierśsi kurczaka 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2387,3 kcal, B 104 g T 75,4 g W 300,6 g NKT 27,2 g bł 25,1 g sól 5,1 g cukry 89,4 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2%, 200ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, bułka 1szt, masło (82%)10g, szynkowa 30g, sopočka 30g, ogórek 100g, banana 1 szt.	biskopki 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierśsi kurczaka 30g, twarózek z ziołami 30g, liść sałaty, arbuz 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
<b>wyrzodowa</b>	Jak lekkostrawna, , serderek mielony 1szt, szynkowa 50g, pomidor 70g, banana 1 szt.	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Kawa zboż z mlekiem 2%, 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw.60g, mix tl. 10g, szynka z pierśsi kurczaka mielona 50g, twarózek ziołowy 50g, kefir 1 szt., liść sałaty	en 2409,3 kcal, B 107,1 g T 77,5 g W 309,6 g NKT 27,5 g bł 25,5 g sól 6,2 g cukry 99,4 g
<b>niskosodowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl.10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny, 1 szt., ogórek 70g, banana 1 szt.		Jak lekkostrawna, bez soli		kawa zboż z mlekiem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, szynka z pierśsi 50g, schab gotowany 50g, liść sałaty, arbuz 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
<b>dzieci starsze</b>	kasza manna na 2%/300 ml, kawa zhożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, masło (82%)15g, szynkowa 50g, sopočka 30g, ogórek 100g, banana 1 szt.	biskopki 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatniki 25g, serrek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, szynka z pierśsi kurczaka 50g, twarózek ziołowy 70g, liść sałaty, arbuz 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g

<b>cukrzykowa</b>	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzywc bez soli – jajo goto, 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, sur. z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g, jajo 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twaróg ziołowy 70g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g bł 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., serdelek 1 szt., szynkowa 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, deser sojowy 1 szt.	Kawa zboż z młkiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., twaróg ziołowy bez soli 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,6 g NKT 27,4 g bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
<b>dzieci bezmleczna</b>	Kasza manna na mleku roślinnym 250ml, kawa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, soppocka 50g, szynkowa 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150ml, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza peczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, owocowy 1 szt., kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml, deser sojowy 1 szt.	Kawa zboż 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, liść sałaty, arbuz 100g	en 1210,5 kcal, B 62,1 g T 48 g W 186,6 g NKT 12,2 g bł 13,2 g sól 3,7 g cukry 50 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt, mix tl. 10g, twaróg ziołowy 50g, schab gotowany 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g
<b>przy niedokrwistościach</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa z ciekrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, szynkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, jajo got. 1 szt., dzem 1 szt., papryka 30g	Rosół z makaronem 300 ml, kasza peczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziołowym 60g, sur. z kap pekińskiej z marchwą 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z młkiem 2% i ciekrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, twaróg ziołowy 50g, szynka z pierśi kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g bł 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g

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 alergennych w „Jadospisie w dn. Czwartki II”**
- Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl. masło 82%, kawa z młkiem, serdelek, kiełbasa suwalska, twaróg ziołowy, kefir, herbata, serrek homogenizowany
- Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z młkiem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, plik mielony, herbata, filet z kurczaka w sosie, rosół z makaronem, szynkowa, szynka
- Soja i produkty pochodne – wale ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, szynkowa
- Seler – rosół, serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka
- Jajka – jajo gotowane 1 szt., biszkopty
- Gorczyca – serdelek, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka