

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 17.06.2024

| Rodzaj diety | Śniadanie | II śniadanie | Obiad | Podwieczorek | Kolacja | Dzienna wartość kaloryczna posiłku |
|-----------------|---|----------------------------|--|--|---|---|
| ogólna | Kawa ięczarniana na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze smażonymi owocami 50g, kiełbasa krakowska 50g, kaszy ogierek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt. | | Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, dzuzona szklka miska wp. w sosie chrzanowym 90g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokoli 150g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, serk topiony 2 szt., sur. z ogórka i siałwy lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 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 5,3 g cukry 94,7 g |
| lekkostrawna | Kawa ięczarniana na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze smażonymi owocami 50g, kiełbasa krakowska 50g, kaszy ogierek 70g, jabłko 1 szt. | | Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany siałb w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i siałwy lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 2401,3 kcal B 97,5 g T 82 g W 341,9 g NKT 31,6 g Bt 30,8 g sól 5,3 g cukry 96,1 g |
| paplkowata | Jak lekkostrawna (chleb zw. 90), konserwa siałwa s mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt. | | Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany siałb w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | | Jak lekkostrawna(chleb zw. 90g), polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i siałwy lodowej 1 szt., pomidor 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 |
| dzieci do lat 3 | Kawa ięczarniana na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, bułka pszenna 1szt, masło (82%) 10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogierek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt. | Budyn 150 ml, gryska 1 szt | Barszcz czerwony ze smiętaną 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany siałb w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokoli gotowany 60g, kompot owocowy 200ml | Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt. | Hechma z cukiern 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 50g, siałwa lodowej w sosie owocowym 1 szt. | en 2337,8 kcal B 98,8 g T 75,8 g W 339,9 g NKT 29,3 g Bt 29,4 g sól 5,4 g cukry 98,1 g |
| wzrostowa | Kawa ięczarniana na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, konserwa siałwa s mielona 50g, kiełbasa krakowska mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., mus owocowy 1 szt. | Budyn 150ml | Barszcz czerwony bez smiętany 300ml, kasza pszczak 160 g, gotowany siałb w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | Sok owocowy 150 ml | Jak lekkostrawna, polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g | en 2187,8 kcal B 97,4 g T 74,6 g W 334,2 g NKT 26,6 g Bt 30,1 g sól 4,5 g cukry 93,1 g |
| niskosodowa | Kawa ięczarniana na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., ogierek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt. | | Jak lekkostrawna, bez soli | | Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i siałwy lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt., miód 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 4,8 g cukry 97,9 g |
| dzieci starsze | Kawa ięczarniana na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., kiełbasa krakowska 50g, ogierek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt. | Budyn 250ml, gryska 1 szt. | Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany siałb 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 cukiern 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i siałwy lodowej w sosie ziolowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt. | en 2171,8 kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKT 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 95,1 g |
| cukrzykowa | Kawa zbożowa bez cukiern 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa siałwa s mielona wp. 50g, ogierek 70g, siałwa lodowa 1 szt., jajo 1 szt., b/6 jajo 1 szt.). | Kalafior gotowany 100g | Barszcz czerwony bez smiętany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany siałb w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy bez cukiern 200ml | Chrupki kukurydziane 30g | Kawa zboż. bez cukiern 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziolowy, sur. z ogórka i siałwy lodowej w sosie ziolowym 70g, papryka 50g | en 2171,8 kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKT 27,7 g Bt 35,2 g sól 5,3 g cukry 95,1 g |

| | | | | | | |
|--------------------------------|---|---|--|--|---|--|
| wątrobowa | Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bulka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa suwalska 50g, paszlet wp 50g, maso owocowy 1 szt, jablko gotowane 1 szt. | | Barszcz czarny bez śmietany 300ml, kasza, piezak 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, bulka pszenna 1 szt., polewka soppoka 50g, miodna 50g, twaróg ziolowy 50g, dzem 1 szt, miód 1 szt, pomidor 70g | en 2400 kcal, B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKT 30,2 g Bj 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g |
| dzieci bezmleczna | Kasza jęczmienna na mleku roślinianym 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bulka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, jajo 1 sztuka, ketchup krakowski 50g, ogórek 70g, jablko 1 szt., maso owocowy 1 szt. | Sok owocowy 150 ml, gruszka 1 szt. | Barszcz czarny bez śmietany 200ml, kasza, piezak 160g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | Sok owocowy 150 ml, celniki kukurudziane 16g | Kawa zboż, 200ml, chleb zw. 60g, bulka pszenna 1 szt., polewka soppoka 50g, masło orzechowe 50g, pomidor 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt. | en 1256,5 kcal, B 61,4 g T 48,9 g W 195,5 g NKT 12,9 g Bj 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, jablko 1 szt., ogórek 70g, maso owocowy 1 szt. | Sok owocowy 150 ml | Barszcz czarny 200ml, kasza, piezak 160g, gotowany szałw 60g, marchewka gotowana 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | Sok owocowy 150 ml | Herbata 200ml, wałki rzazowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany kurczak 1 szt, pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt. | en 2126,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NKT 25,1 g Bj 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g |
| przy niedokrwistościach | Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa, chleb 200ml, chleb zw. 60g, bulka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa suwalska 50g, paszlet wp 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g | chleb rzazowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, białe salky | Barszcz czarny ze śmietaną 300ml, kasza, piezak 200g, gotowany szałw w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewką 120g, brokoli gotowany 120g, kompot owocowy 200ml | | Kawa zboż z mlekkiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bulka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polewka soppoka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i salky lodowej w sosie ziolowym 70g, dzem 1 szt, miód 1 szt. | en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,3 g W 342,4 g NKT 32,6 g Bj 31 g sól 5,9 g cukry 98,9 g |

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - masocone kwasy tłuszczowe

Bj - białnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (uczucie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż z mlekkiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serek topiony, twaróg ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, paszlet wp. Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna piezaki, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, blok mielony, sznka mięsa w sosie chrzanowym, szałw w sosie koperkowym, kawa zbożowa, sos ziolowy-ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czarny, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, paszlet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziolowy, suwalska, Soja i produkty pochodne – wałki rzazowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polewka soppoka, blok mielony, sos ogrodowy - ziolowy, suwalska

Gończy- konserwa suwalska, polewka soppoka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszlet wp. Jajo- jajo got.