

NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 30.06.2024

| 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. 90g, mix tł. 15g, twaróg z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dżem 1 szt., ogórek 70g | | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 160g, smażony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapusty kiszonej 50 g, kaliafor z pary 150g, kisiel 200ml | | Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, sałatka jarzynowa 80g | en 2412,8 kcal, B 107,9 g T 92,1 g W 315,4 g NKT 32,9 g Bt 22,7 g sól 5,7 g cukry 74,2 g |
| lekkostrawna | Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty | | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczący gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 120g, kaliafor z pary 120g, kisiel 200ml | | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2407,3 kcal, B 114 g T 73,4 g W 313,2 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g |
| papkowata | Jak lekkostrawna -chleb zwykły 90g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty | | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany mielony w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml | | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2405,3 kcal, B 114 g T 73,1 g W 332,5 g NKT 28 g Bt 31,2 g sól 4,9 g cukry 74,3 g |
| dzieci do lat 3 | Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 30g, półgłówka soppocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty | watle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g | Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 60g, kisiel 200ml | Biszkopiy 15g, sok owocowy 100 % 1 szt. | Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobiowa 30g, ser żółty 30g, liść sałaty, pomidor 70g | en 1208,4 kcal, B 66,6 g T 49,6 g W 200,3 g NKT 13,5 g Bt 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 g |
| wrzodowa | Kasza manna na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty | Sok owocowy 150 ml | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie 60g, jabłko gotowane 1 szt., kaliafor gotowany 120g, kisiel 200ml | biszkopiy 20g | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, kiełbasa szynkowa drobiowa mielona 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2497,6 kcal, B 114,1 g T 73,4 g W 316,2 g NKT 28,1 g Bt 30,3 g sól 4,9 g cukry 75,3 g |
| miskosodowa | Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tł. 10g, twaróg ze śmietaną, cukrem i cynamonem 70g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty | | Jak lekkostrawna, bez soli | | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tł. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g |

| | | | | | | |
|--------------------------------|--|--|--|---|---|---|
| dzieci starsze | Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, poledwica sopočka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty | wafle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony schabowy wp., panierowany 90g, sur. z kapusty pekińskiej 150 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml | Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % i szt. | Kawa zboż. z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g | en 2603 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bt 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g |
| cukrzycowa | Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, sopočka 50g, liść sałaty, ogórek 70g | chleb razowy 30g, szynkowa 30g | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty kiszonyj 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml | Wafle ryżowe 2szt. | Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2457,3 kcal, B 115,5 g T 74,4 g W 316,6 g NKT 28,2 g Bt 27,9 g sól 5 g cukry 49 g |
| wątrobowa | Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, t. twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, sopočka mielona 50g, jablko gotowane 1 szt., liść sałaty | | Zupa z zielonego groszku b/śn 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 60g, kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml | Chrupki kukurydziane 16g | Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2317,3 kcal, B 114 g T 63,4 g W 313,2 g NKT 27,1 g Bt 30,2 g sól 4,8 g cukry 72,3 g |
| dzieci bezmleczna | Kasza manna na mleku roślinnym 200 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, schab gotowany 50g, masło orzechowe 50g, jablko 1 szt., liść sałaty | Sok owocowy 150 ml, pomarańcza 100g | Zemnianczana 300ml, ziemniaki 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml | Sok owocowy 150 ml | Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, schab wp. 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | en 2367,3 kcal, B 114 g T 70 g W 312,1 g NKT 28,1 g Bt 30,2 g sól 4,3 g cukry 72 g |
| bergliutenowa | Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., liść sałaty | Sok owocowy 150 ml | | Sok owocowy 150 ml | | en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g Bt 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g |
| przy niedokrwistościach | Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl. 15g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynowem 70g, sopočka 50g, jablko 1 szt., liść sałaty | chleb razowy 80g, mix tl. 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g | Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet karczowy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapusty pekińskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml | | Kawa zboż. z mlekem 2%, i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kielbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt. | |

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

b1 – białek

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w Jadalnictwie w dn. Niedziela 1.:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tt, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twaróg z papryką i ziołami, twaróg ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten - kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa,

szynkowa drobiowa, sopocka, schabowy wp, filet w sosie, biszkopty

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, sopocka

Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, szynkowa, sopocka, deser sojowy

Gorczyca- szynkowa, sopocka

Jajko – jajko gotowane, biszkopty, schabowy wp.

Sezam- hummus

Orzechy – masło orzechowe