

# NIEDZIELA 2 SZPITAL SEJNY 07.07.2024

| Rodzaj diety           | Śniadanie   | II śniadanie                             | Obiad   | Podwieczorek                            | Kolacja   | Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku   |
|------------------------|---|--|---|---|---|---|
| <b>ogólna</b>          | Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 12g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g |  | Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony kotlet schabowy 90g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml           |   | Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, szynkowa 50g, ser biały 50g, ogórek 70g, pomarańcz 100g  | en 2416,7 kcal,<br>B 104,3 g<br>T 89,9 g<br>W 350,8 g<br>NKT 31,4 g<br>Bt 24,1 g<br>sól 5,7 g<br>cukry 99,6 g   |
| <b>lekkostrawna</b>    | Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50, polędwica sopočka 30g, dżem 1 szt., ogórek 70g                 |  | Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml       |   | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g   | en 2403,3 kcal,<br>B 113 g<br>T 73,4 g<br>W 313,2 g<br>NKT 28,1 g<br>Bt 30,2 g<br>sól 5 g<br>cukry 92,3 g       |
| <b>dzieci do lat 3</b> | Makaron na mleku 2% 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60, kawa zbożowa z cukrem 200ml, ser żółty 30g, polędwica sopočka 30g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt.             | waflle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt. | Krupnik 200ml, kasza jęczmienna 100g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 60g, brokuł gotowany 60g, kisiel z cukrem 200ml         | biszkopty 25g, serkek waniliowy 1 szt.  | Herbata z cukrem 200ml, masło 82% 10g, chleb zw. 60g, szynka z pierśi kurczaka 30g, szynkowa 30g, liść sałaty, pomidor 70g  | en 1205,4 kcal,<br>B 66,4 g<br>T 40,1 g<br>W 199,8 g<br>NKT 13,5 g<br>Bt 15 g<br>sól 3,6 g<br>cukry 89,5 g      |
| <b>dzieci starsze</b>  | Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopočka 50g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., pomidor 70g | waflle ryżowe 2 szt., mus owocowy 1 szt. | Zupa grochowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 150g, brokuł gotowany 150g, kisiel z cukrem 200ml | biszkopty 30 g, serkek waniliowy 1 szt. | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 120, mix tl. 15 g, szynka z pierśi kurczaka 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g   | en 2516,8 kcal,<br>B 113,3 g<br>T 88,7 g<br>W 340,1 g<br>NKT 30,4 g<br>Bt 34,7 g<br>sól 5 g<br>cukry 105,4 g    |
| <b>cultrycyowa</b>     | kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, ser biały półtłusty 50g, liść sałaty, pomidor 70g                               | Chrupki kukurydziane 20g                 | Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml      | sok wielowarstwowy 150ml                | Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, blok mielony 50g, szynkowa 50g (cukier bez soli - schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt.) liść sałaty, pomidor 70g | en 2402,3 kcal,<br>B 113 g<br>T 73,4 g<br>W 311,2 g<br>NKT 28,1 g<br>Bt 30,3 g<br>sól 5 g<br>cukry 50,3 g       |
| <b>wątrobowa</b>       | Makaron na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, ser biały półtłusty 50g, polędwica sopočka 50g, dżem 1 szt., mus owocowy 1 szt.                     |  | Krupnik 300ml, kasza jęczmienna 160g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml       |   | Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, blok mielony 50g, szynkowa 50g, liść sałaty, pomidor 70g   | en 2389,3 kcal,<br>B 112,9 g<br>T 67,4 g<br>W 304,5 g<br>NKT 28 g<br>Bt 31,2 g<br>sól 4,9 g<br>cukry 94,3 g     |
| <b>bezglutenowa</b>    | Rz. z na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 50g, gotowany filet z kurczaka 50g, dżem 1 szt., ogórek 70g         | Sok owocowy 200ml                        | Zemiaczana bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab wp. gotowany 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml             | Kefir 150ml                             | Herbata 200ml, waflle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, schab gotowany 50g, jajo got. 1 szt., liść sałaty, pomidor 70g   | en 2303,9 kcal,<br>B 112,8 g<br>T 62,4 g<br>W 304,5 g<br>NKT 25,4 g<br>Bt 32,1 g<br>sól 4,3 g<br>cukry 92,6,3 g |

|   |   |   |  |   |   |
|---|---|---|--|---|---|
| <p><b>przy niedokrwistościach</b></p>   | <p>Makaron na młaku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb razowy 60g, chleb zw. 15g, ser żółty 50g, polędwica sopośka 50g, dzian 1 szt., ogórek 70g</p> | <p>chleb razowy 80g, mix tł.10g, krakowska 50g, pomidor 50g</p> | <p>Krupnik 300ml, kasza jęczmień 200g, duszony schab wp. w sosie własnym 60g, buraczki 120g, brokuł gotowany 120g, kisiel z cukrem 200ml</p> | <p>Kawa zboż. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 1200g, mix tł. 15g, ser biały 50g, szynkowa 50g, kisiel sałaty, pomidor 70g</p> | <p>en 2513,3 kcal,<br/>B 113,5 g<br/>T 70,5 g<br/>W 313,3 g<br/>NKT 27,1 g<br/>bł 30,4 g<br/>sól 4,8 g<br/>cukry 97,3 g</p> |
| <p>Oznaczenia wskaźników odżywczych:<br/>en - wartość energetyczna<br/>B - białko ogółem<br/>T - tłuszcz<br/>W - węglowodany ogółem<br/>NKT - nasycone kwasy tłuszczowe<br/>bł - błonnik<br/>sól - sól<br/>cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Niedziela II</b></p> <p>Mleko (zaznaczając z laktozą) - makaron na młaku, krupnik, mix tł., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser żółty, kefir, ser biały półtłusty, wędliny: krakowska, blok mielony, serek waniliowy<br/>Zboża zawierające gluten- makaron na młaku, pieczywo, krupnik, pulpet, kawa zbożowa z mlekiem, herbatniki, wędliny: krakowska, blok mielony, makaron, sopośka, szynkowa, smażony schabowy wp. schab duszony w sosie, biskopiy<br/>Seler- krupnik, grochowa, wędliny: blok mielony, krakowska, sopośka<br/>Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, wędliny: krakowska, blok mielony<br/>Gorczyca- wędliny: krakowska, blok mielony<br/>Jajo-jajo, biskopiy<br/>Sesam- hummus</p> |   |   |  |   |   |