

# SOBOTA 2 SZPITAL SEJNY 06.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl: 15g, paszlet wp: 70g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur: z ogórka kiszzonego 150 g, kisiel z cukrem 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl: 15g, szynkowa 70g, kefir 1 szt., sur: z kapuści pekińskiej z sosem winegrete 70g, pomarańcz 100g	en 2182,2 kcal, B 90,1 g T 73,3 g W 312,3 g NKT 27,4 g bł 21,9 g sól 9,3 g cukry 88,2 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl: 10g, paszlet wp: 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur: z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl: 10g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2278,6 kcal, B 89 g T 74,3 g W 317,8 g NKT 27 g bł 26,2 g sól 7,3 g cukry 87,3 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, paszlet 30g, szynka konserwowa 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, kawa zbożowa z cukrem 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Zupa chłopska 200ml, ziemniaki 100g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 120g, mnis owocowy 1 szt, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło 82%/10g, bułka pszenna 1 szt, szynka z pierśi kurczaka 30g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcza 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 48,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82%, paszlet wp: 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30 g, sok owocowy 1 szt.	Kapuśniak 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, mix warzyw na parze 150g, sur: z kapuści pekińskiej 150 g, kisiel z cukrem 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw: 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 15g, szynka z pierśi kurczaka 50g, masło orzechowe 50g, liść sałaty, pomarańcz 100g	en 2487,3 kcal, B 93,2 g T 77,6 g W 329,9 g NKT 26,4 g bł 32,3 g sól 7,2 g cukry 90,3 g
<b>culkrycowa</b>	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl: 10g, paszlet wp: 50g, szynka konserwowa 50g, pomidor 70g, ogórek 70g, cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, ser biały 50g	fasolka szparagowa gotowana 100g	Kapuśniak 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 120g, sur: z kapuści pekińskiej 120g, mix warzyw na parze 120 g, kisiel z cukrem 200ml	Sok wielowarzywny 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl: 10g, konserwa suwalska 50g, cukrzyc bez soli - schab gotowany 50g, liść sałaty, kefir 1 szt, papryka 50g	en 2260 kcal, B 89 g T 74,3 g W 284,3 g NKT 27 g bł 26,1 g sól 7,3 g cukry 55,1 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw: 60g, paszlet wp: 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko gotowane 1 szt., mix sałat		Zupa chłopska 300ml, pieczak 160g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 60g, mix warzyw na parze 120g, mnis owocowy 1 szt, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw: 60g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2265,4 kcal, B 89 g T 62,3 g W 306,4 g NKT 26,1 g bł 28 g sól 7,3 g cukry 93,3 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 230ml, herbatna 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 10g, ser biały półtłusty 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g	Ziemniaczana bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, udo kurczące gotowane 90g, sur: z kapuśy pekinijskiej 120g, mix warzyw na parze 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbatna 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl 0g, jajko got. 1 szt., liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 1987,6 kcal, B 88,3 g T 64 g W 303,3 g NKT 25,1 g bł 26,2 g sól 4 g cukry 88,3 g
przy niedokrwistościach	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb zw. 90, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, kasza manna na mleku 2% 230 ml, pasztec wp. 50g, szynka konserwowa 50g, jabłko 1 szt., mix sałat	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, ogórek kiszony 70g	Zupa chłopska 300ml, pieczak 200g, gotowane udo z kurczaka w sosie pomidorowym 90g, sur: z kapuśy pekinijskiej 150g, mix warzyw na parze 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, konserwa suwalska 50g, liść sałaty, kefir 1 szt., pomarańcz 100g	en 2388,6kcal, B 89,3 g T 74,4 g W 320,8g NKT 27,1 g bł 26,4 g sól 7,4 g cukry 89,3 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 alergicznych: w jadalospisie Sobota II**

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mieszanka płynna, pieczywo, zupa chłopska, kawa zbożowa z mlekiem, pasztec wp, szynka konserwowa, szynkowa, konserwa suwalska, szynka z pierśi kurczaka, udo gotowane w sosie pomidorowym

Seier- zupa chłopska , kapuśniak , konserwa suwalska, pasztec wp., szynka konserwowa

soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, konserwa suwalska, pasztec wp., szynka konserwowa, deser sojowy

Gończyca- konserwa suwalska, pasztec wp., szynka konserwowa, szynkowa, szynka z pierśi kurczaka

Jajła- jajko gotowane