

NIEDZIELA 1 SZPITAL SEJNY 14.07.2024

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 tl. 15g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 50g, liść sałaty, dzem 1 szt., ogórek 70g		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki kiszonej 50 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bj 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 tl. 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cyranonem 70g, soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki pekińskiej 120g, kalafior z pary 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bj 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g
dzieci do lat 3	Kasza manna na mleku 2% 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kawa zbożowa 200ml, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cyranonem 30g, poledwica soppocka 30g, jabłko 1 szt., liść sałaty	waflle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 200ml, kasza jęczmienna 100g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 60g, kisiel 200ml	Biszkopty 15g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Herbatka z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, chleb zw. 60g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bj 15,2 g sól 3,6 g cukry 89,6 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 cyranonem 70g, poledwica soppocka 50g, jabłko 1 szt., liść sałaty	waflle ryżowe 2 szt., pomarańcza 100g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza gryczana 200g, smazony schabowy wp. panierowany 90g, sur. z kapuśki pekińskiej 130 g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Biszkopty 30g, sok owocowy 100 % 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl. 15g, kiełbasa szynkowa drobniowa 50g, ser żółty 50g, liść sałaty, pomidor 70g	en 2803 kcal, B 115,2 g T 89,9 g W 341,1 g NKT 32,9 g Bj 33,1 g sól 5,8 g cukry 77,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twarógzek z papryką i ziołami 70g, soppocka 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 kapuśki kiszonej 120g, kalafior gotowany 120g, kisiel bez cukru 200ml	Waflle ryżowe 2szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bj 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 cyranonem 70g, soppocka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 160g, filet gotowany w sosie marchewkowym 60g, jabłko gotowane 1 szt., kalafior gotowany 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 90g, kiełbasa szynkowa drobniowa 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 Bj 30,2 g sól 4,9 g cukry 72,3 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl 10g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynanem 70g, schab gotowany 50g, jablko 1 szt., liść sałaty	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300ml, ziemniaki: 200g, filet gotowany 60 g, kalafior gotowany 120g, ogórek w sosie ziołowym 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, waflle 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 Bj 30,2 g Bj 4,3 g sól 4,3 g cukry 72 g
przy niedokrwistościach	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhozowaz cukrem 200ml, chleb zw. 120g szt., mix tl 5g, twarógzek ze śmietaną, cukrem i cytrynanem 70g, soppocka 50g, jablko 1szt., liść sałaty	chleb razowy 80g, mix tl 10g, szynkowa 50g, pomidor 70g	Zupa z zielonego groszku 300ml, kasza jęczmienna 200g, filet kurczęcy gotowany w sosie marchewkowym 60g, sur. z kapuśki pekńskiej 150g, kalafior z pary 150g, kisiel 200ml	Kawa zboż z młkiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 120g, mix tl 15g, kiełbasa szynkowa drobiowa 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, kefir 1 szt.	en 2507,3 kcal, B 115,2 g T 75,4 g W 316,2 g NKT 28,2 g Bj 30,9 g sól 5 g cukry 75,3 g	

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bj – białnik

sól – sól

cukry - cukry

Wskaz składników alergennych: w jadłospisie w dn. Niedziela 1:

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl., masło 82%, Kawa zbożowa z młkiem, twarógzek z papryką i ziołami, twarógzek ze śmietaną i cukrem, ser biały, ser żółty, kefir

Zboża zawierające gluten – kasza manna na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, kawa zbożowa, szynkowa drobiowa, soppocka, schabowy wp, filet w sosie, biskopity

Seler-zupa z zielonego groszku szynkowa drobiowa, soppocka

Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, soppocka, deser sojowy

Gończyca- szynkowa, soppocka

Jajło – jajło gotowane, biskopity, schabowy wp.