

# PONIEDZIAŁEK 1 SZPITAL SEJNY 08.07.2024

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.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały z cytrynami i cukrem 70g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200 g, gotowana kiełbasa wieprzowa 150g w kapuście 250g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzonek ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szynka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2582,8 kcal, B 108,3 g T 99,2 g W 371,9 g NKT 28,8 g bl 28,8 g sól 5,8 g cukry 96,34 g
lekkostrawna	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, ser biały z cytrynami i cukrem 70g, polewka sopočka 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, przysmak suwalski 50g, serek wjejski 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2377,6 kcal, B 104,4 g T 84,5 g W 317,1 g NKT 27,15 g bl 28,7 g sól 5,3 g cukry 95,3 g
dzieci do lat 3	kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło 82%10g, bułka pszenna 30g, ser biały z cytrynami 30g, polewka sopočka 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 200ml, ziemniaki 100g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 60 g, brokuł na parze 60g, kompot owocowy 200ml	Mas owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło 82% 10g, szynka polewkowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2478,5 kcal, B 110,6 g T 96,3 g W 358,7 g NKT 28,3 g bl 34,2 g sól 5,7 g cukry 98,4 g
dzieci starsze	Kasza manna na mleku 300ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1 szt, masło 82%, 15g, polewka sopočka 50 g, ser żółty 50 g, dżem 1 szt., jabłko 1 szt., ogórek 70g	Jogurt owocowy 1 szt.	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 90g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Mas owocowy 1 szt.	kawa zboż z mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, warzonek ze szczyptorkiem i cebulą 70g, szynka polewkowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2579,5 kcal, B 118,6 g T 87,5 g W 344,9 g NKT 28,1 g bl 30,5 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
cukrzykowa	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, polewka sopočka 50g, ser biały 70g, ogórek 70g, liść sałaty, cukrzyce w/schab got. 50g	Sok pomidorowy 150ml+ płkna	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	chleb razowy 30g, jajo gotowane 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzyce bez soli - filet kurczacy gotowany 50g, pomidor 70g, nucola 5g	en 2370,6 kcal, B 104,4 g T 65,4 g W 315,1 g NKT 26,7 g bl 28,7 g sól 5 g cukry 94 g
wątrobowa	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., ser biały z cytrynami i cukrem 70g, polewka sopočka mielona 50g, jabłko gotowane 1 szt., liść sałaty		Barszcz bez smietany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony mielony 60g w sosie pomidorowym, marchewka gotowana 120 g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, nucola 5g	en 2122,5 kcal, B 109,4 g T 68,6 g W 289,4 g NKT 25,3 g bl 25,2 g sól 5,1 g cukry 98,2 g
bezglutenowa	Riz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, ser biały z cytrynami i cukrem 50g, schab gotowany 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Sok pomidorowy 150ml	Barszcz zabieleny 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wafile rzozowe 4szt., mix tl.10g, filet kurczacy gotowany 50g, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	

<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka psz. 1szt msk tl 5g, ser biały z cynamonem i cukrem 70g, polędwica sopocka 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, msk tl 10g, jajko got. 1szt., papryka 50g</p>	<p>Barszcz zabieliany 300ml, ziemniaki 200g, schab duszony 60g w sosie pomidorowym, surówka z marchewki 150 g, brokuł na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż/ z mlekiem 2% 200ml, chleb zw 90g, bułka pszanna 1szt, msk tl 15g, przysmak suwalski 50g, serrek wilejski 1 szt., pomidor 70g, liść salaty</p>	<p>en 2560,1 kcal, B 118,4 g T 91,9 g W 350,9 g NKT 28,5 g bi 30,1 g sól 5 g cukry 98,7 g</p>
<p>Oznaczenia wskaźników odżywczych: en - wartość energetyczna B – białko ogółem T – tłuszcz W – węglowodany ogółem NKT – nasycone kwasy tłuszczowe bi – błonnik sól – sól cukry - cukry</p>					
<p><b>Wykaz składników alergennych: w jadalospisie w dn. Poniedziałek 1</b></p>					
<p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, barszcz zabieliany, mix tl., masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, twarogówka szczypiorem i cebulą, serek wilejski, kefir, ser biały z cukrem i cynamonem, ser żółty Zboża zawierające gluten - kasza manna na mleku, pieczywo, barszcz zabieliany, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa wieprzowa, polędwica sopocka, szynka polędwiczowa, przysmak suwalski, kawa zbożowa, schab duszony w sosie pomidorowym</p>					
<p>Seler- barszcz zabieliany, wędliny: polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Soja i produkty pochodne – wafle ryżowe, polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa, deser sojowy Gorczyca- polędwica sopocka, przysmak suwalski, kiełb. suwalska, szynka polędwiczowa Jaja- jajo gotowane, kotlety sojowe</p>					