

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 13.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa ciekra 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, serbiałek 1 szt., pasztecik 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż./mlekiem 2% i ciekrem 200ml, chleb aw 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, jablko 1 szt., krakowska 50 g, camembert 30g, sur. z marchewki 70g, arbuz 100g	en 2132,7 kcal, B 88,5 g T 80,9 g W 293,2 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z ciekrem 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, serbiałek 1 szt., pasztecik 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 60g, kisiel 200ml		Kawa zboż./mlekiem 2% chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, arbuz 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z ciekrem 200 ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, polewka drożdżowa 30g, pasztecik 30g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 100g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbata z ciekrem 200ml, bułka pszenna 1szt., maso owoce 1 szt., mus owocowy 1 szt.	en 2450,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 322,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa ciekra 200ml, chleb aw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl., polewka drożdżowa 50g, pasztecik 50g, jablko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, melon 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa zółta 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż./mlekiem 2%, chleb aw 90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%) tl 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2158,6kcal, B 90 g T 77,4 g W 278,1 g NKT 27 g bł 25,1 g sól 5,5 g cukry 50,4 g
cyktrycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, serbiałek 1 szt., pasztecik 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrzy. b/s, jajko got. 1 szt., schab gotowany 50g)	ciurpyki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa zółta 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel b/c 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż./bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło mix 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, liście salaty	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 309 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., serbiałek mielony 1szt., pasztecik 50g, jablko gotowane 1 szt., pomidor 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka mielone 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż./mlekiem 2% 200ml, chleb aw 60g, bułka pszenna 1szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 309 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 1110g, jajo got. 1 szt., schib gotowy 50g, jablko 1 szt., ogórek</p>	<p>Chrupki kukurydziane 16g</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, garbka młyna indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p> <p>Herbata 200ml, wafile ryżowe 4 szt., mix 11 10g, filar kurczecy gotowy 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, arbuz 100g</p>	<p>en 2108, 6kcal, B 888,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 25,2 g bl 26,2 g sol 4,9 g cukry 86,4 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukiem 200ml, chleb zwykły 90g, mix 11 13g, bułka pszczyma 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g</p>	<p>chleb razowy 80g, mix 11 10g, ser biały 50g, liść salady</p>	<p>Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml</p>	<p>Kawa zboż z makiem 2% i cukiem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczyma 1szt., mix 11 13g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, arbuz 100g</p>	<p>en 2474,1 kcal, B 909 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g bl 28,1 g sol 5,6 g cukry 100,5 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B - białko ogółem
- T - tłuszcz
- W - węglowodany ogółem
- NKT - nasycone kwasy tłuszczowe
- bl - błonnik
- sol - sól
- cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dni. Sobota 1

Mleko (łącznie z laktazą) – płatki owsiane na mleku, mix 11, masło 82%, kawa zbożowa z makiem, kefir, jogurt owocowy, ser biały półtłusty, serek Hochland, camembert, pasztecik Zboża zawierające gluten- płatki owsiane na mleku, pieczywo, rosół z makaronem, szynkowa, pasztecik, kawa zbożowa z makiem, wędliny, serdalek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa siałkiska, pasta warzywna

Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdalek, krakowska, pasztecik, pasta warzywna

Soja i produkty pochodne – wafile ryżowe, szynkowa, serdalek, krakowska, pasztecik wp.

Gończyca- serdalek, krakowska, szynkowa, pasztecik wp.

Jajko i prod. pochodne – jajko