

# ŚRODA 1 SZPITAL SEJNY 10.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, serybka 50g, ser fochland 2 pl., dżem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g		Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet Kiedzi miodowy wp. 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porami w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, pasta (warogowa) 50g, ser żółty 70g, kielbasa kaniowska parzona 50g, tami 1 szt., mix salatek z oliwy 5g	en 2418,1 kcal, B 90,1 g T 83,3 g W 271,1 g NKt 112,9 g Bt 22,4 g sól 6,3 g cukry 103,2 g
lekkostrawna	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, mix 15g, serybka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zbożowa z mlekiem 1 cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, mix 15g, konserwa saviuska 50g, twaróg z ziołami 70g, arburz 100g, mix salatek z oliwą 5g	en 2319,6 kcal, B 94,2 g T 77,1 g W 280 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
dzieci do lat 3	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, masło 82% 10g, bułka pszenna 1szt., serybka 50g, ser fochland 2 pl., dżem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mnis owocowy 1 szt.	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy 60g w sosie własnym, buraczki 60g, mix warzyw na patrze 60g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło 82% 10g, serybka z pianki kawałka 30g, kielbasa kaniowska parzona 50g, arburz 100g, mix salatek z oliwą 5g	en 1240,9 kcal, B 63,8 g T 47,3 g W 189,7 g NKt 14,1 g Bt 13,9 g sól 3,9 g cukry 52,9 g
dzieci starsze	Makaron na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, serybka 50g, ser fochland 2 pl., dżem 1 szt., jablko 1 szt, pomidor 70g	Herbatniki 25g, mnis owocowy 1 szt.	Zupa ogórkowa 300ml, kasza pęczak 200g, smażony kiedzi miodowy wp. 90g, sur z białej kapusty z marchewką i porami w sosie ziołowym 150g, mix warzyw na patrze 150 ml, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 200 ml	Kawa zbożowa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt, masło 82% 15g, serybka z pianki kawałka 50g, kielbasa kaniowska parzona 50g, arburz 100g, mix salatek z oliwą 5g	en 2689,5 kcal, B 106,4 g T 86,9 g W 293,1 g NKt 31,2 g Bt 31,3 g sól 6,4 g cukry 109,2 g
cyktryzowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 15g, serybka 50g, ser biały 70g, (kiszka) pasta białopłaska z kawałkami 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, liść sałaty	Wafle ryżowe 2szt	Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, sur z białej kapusty z marchewką i porami w sosie ziołowym 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok pomidorowy 150 ml	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix 15g, konserwa saviuska 50g, twaróg z ziołami 70g, udezywowa 50g, jajo gotowane 1szt, ogórek 70g, mix salatek z oliwą 5g	en 2399,9 kcal, B 94,3 g T 77,1 g W 283,1 g NKt 28,4 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 55,2 g
wątrobowa	Makaron na mleku 2% 250 ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt, chleb zw. 60g, serybka 50g, ser biały 70g, pomidor 70g, jablko gotowane 1 szt.		Krupnik 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany pulpet indyzy w sosie własnym 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200 ml		Kawa zbożowa z mlekiem i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt, konserwa saviuska 50g, twaróg z ziołami 70g, miod 100g, mix salatek z oliwą 5g	en 2319,5 kcal, B 94,2 g T 70,1 g W 280 g NKt 28 g Bt 28,3 g sól 5,6 g cukry 92,1 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix 15g, ser biały półtłusty 50g, pasta z gotowanego kawałka 50g, pomidor 70g, jablko 1 szt.	Mnis owocowy 1 szt.	Zupa ziemniaczana ze śmietaną 300ml, ziemniaki 200g, gotowany pulpet indyzy w soku 60g, buraczki 120g, mix warzyw na patrze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbatka ziołowa, mix 15g, jajo got 1 szt, twaróg 50g, wafle ryżowe 2szt, arburz 100g, mix salatek z oliwą 5g	en 2265,2 kcal, B 94,2 g T 67,1 g W 284,1 g NKt 26,5 g Bt 30,9 g sól 4,7 g cukry 94,1 g

<p><b>przy</b> <b>nieokreślonych</b></p>	<p>Makaron na mleku 250ml, kawa zbozowa z ciekim 250ml, chleb zw. 90g, miarka poszuma 150l, mix 41, 2g, sernikowa 50g, ser biały 70g, pendler 70g, jablko 1 szt.</p>	<p>chleb mizowy 80g, mix 11 10g, kaszasa krakowska 50g, ogonek kiszony 1 szt.</p>	<p>Krupnik 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany pulpek indyzy w sosie wlosnym 60g, buraczki 150g, mix warzyw na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa z mlekiem 2% i ciekim 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczana 1szt., mix 41 15g, konserwa suwalska 50g, twarozek z zolentami 70g, arbuzy 10kg, mix sialar z oliwa virgin 5g</p>	<p>en 2419,6 kcal, B 68,2 g T 78,1 g W 283,3 g NK1 29,3 g B1 29,3 g sól 5,8 g cukry 93,1 g</p>
--	--	---	---	--	--

**Oznaczenia wskaźników odżywczych:**  
 en - wartość energetyczna  
 B - białko ogółem  
 T - tłuszcz  
 W - węglowodany ogółem  
 NK1 - nasyczone kwasy tłuszczowe  
 B1 - błonnik  
 sól - sól  
 cukry - cukry

**Wskaz składników alergicznych w dn. środa 1.**  
 Mleko (języnie 2 laktory) - makaron na mleku, mix 11, masło 82%, kawa zbozowa, pasta twarogowo-rybna, ser biały, twarozek ziolowy, herbatniki, szynkowa, ser Hochland  
 Zboża zawierające gluten- zupa mleczna, pieczywo, zupa krupnik, ogórkowa, kotlet mielony wip, pulpek indyzy, kawa zbozowa z mlekiem, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, kasza pszczak  
 Seler- zupy obiadowe: krupnik, ogórkowa, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska  
 Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, szynkowa, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, deser scjowy  
 Jaja - herbatniki, kotlet mielony, pulpek, jajo gotowane  
 Ryby - pasta twarogowo-rybna