

# CZWARTEK 2 SZPITAL SEJNY 18.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
<b>ogólna</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, kiełbasa smażona 1 szt., szynka 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza gryczana 160g, warzówka drobiowa duszona z cebulką i kartofelami 100g, sirtówka z czernicy 100g, kapuś 150g, sur z kiszzonego ogórka z cebulką 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, twaróg z saszynkami 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2553,3 kcal, B 101,3 g T 81,9 g W 331,9 g NKT 30,6 g bł 22,9 g sól 8 g cukry 96,7 g
<b>lekkostrawna</b>	Kasza manna na 2% 250 ml, kawa zhożowa z cukrem 200, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1sz, mix tl. 10g, serdeczek 1szt, szynka 50g, ogórek 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, sur z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, twaróg z zieleni 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2407,3 kcal, B 105,1 g T 76,5 g W 306,6 g NKT 27,4 g bł 25,5 g sól 6,2 g cukry 95,4 g
<b>dzieci do lat 3</b>	Kasza manna na mleku 2% 200ml, kawa zhożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1sz, masło (82%) 10g, szynka 30g, sopočka 30g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 15g, pomarańcz 100g	Rosół z makaronem 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml	Herbatnik 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%) 10g, szynka z pierś kurczaka 30g, twaróg z zieleni 30g, liść sałaty, arbuz 100g	en 1360,5 kcal, B 64 g T 48,9 g W 190,3 g NKT 13 g bł 15,7 g sól 4,1 g cukry 54,1 g
<b>dzieci starsze</b>	Kasza manna na 2% 300 ml, kawa zhożowa z cukrem 200, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1sz, masło (82%) 15g, szynka 50g, sopočka 50g, ogórek 100g, banan 1 szt.	biskopki 30g, pomarańcza 100g	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, sur z kap pekińskiej z marchwką 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Herbatnik 25g, serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z cukrem i mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, szynka z pierś kurczaka 50g, twaróg zielony 70g, szynka z pierś kurczaka 100g	en 2557,3 kcal, B 108,6 g T 78,6 g W 316,6 g NKT 29,8 g bł 27,7 g sól 6,5 g cukry 99,4 g
<b>cukrzykowa</b>	Kawa zhożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, szynka 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomidor 70g (cukrzyk bez soli – jajo goto. 1 szt., jogurt naturalny 1 szt.)	Sok wielowarstwowy 150 ml	Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, sur z kap pekińskiej z marchwką 120g, sur z kiszzonego ogórka z cebulką 120g, kompot owocowy 200ml	chleb razowy 30g jajo 1 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, twaróg zielony 70g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2378,3 kcal, B 103,7 g T 65,3 g W 288,4 g NKT 25,4 g bł 22,3 g sól 5,2 g cukry 45,4 g
<b>wątrobowa</b>	Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa zhożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., serdeczek 1szt., szynka 50g, pomidor 70g, banan 1 szt.		Rosół z makaronem 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-zielonym 60g, kalafior na parze 120g, mus owocowy 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., twaróg zielony bez soli 50g, szynka z pierś kurczaka 50g, liść sałaty, kefir 1 szt.	en 2405,3 kcal, B 107 g T 67,5 g W 310,6 g NKT 27,4 g bł 25,6 g sól 6,1 g cukry 101,4 g
<b>bezglutenowa</b>	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, pieczywo bezglutenowe 90g, mix tl. 10g, jajo 1 sztuka, jogurt naturalny 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Ziemniaczana 300 ml, gryczana 160g, gotowany filet z kurczaka 60g, sur z kap pekińskiej z marchwką 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150ml	Herbata 200ml, wale ryżowe 4szt, mix tl. 10g, twaróg zielony 50g, schab gotowany 50g, arbuz 100g, liść sałaty	en 2150,6 kcal, B 98,3 g T 64,7 g W 310,5 g NKT 24,2 g bł 27,5 g sól 4,3 g cukry 96,4 g

<p><b>przy niedoborkwistościach</b></p>	<p>Kasza manna na mleku 2% 250ml, kawa, z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, szytkowa 50g, serdelek 1 szt., ogórek 70g, banan 1 szt.</p>	<p>chleb razowy 80g, mix tl 10g, jajko got. 1 szt., dzem 1 szt., papryka 50g</p>	<p>Rosół z makaronem 300 ml, kasza pieczak 200g, gotowany filet z kurczaka w sosie pomidorowo-ziolowym 60g, sur. z kap. pekiskiej z marchewką 120g, Kaldior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 15g, twaróg ziolowy 50g, szynka z piersi kurczaka 50g, arbuz 100g, liść salaty</p>	<p>en 2617,3 kcal, B 112,3 g T 76,6 g W 326,6 g NKT 27,5 g Bł 26,5 g sól 6,3 g cukry 99,4 g</p>
<p><b>Oznaczenia wskaźników odżywczych:</b>  en - wartość energetyczna  B - białko ogółem  T - tłuszcz  W - węglowodany ogółem  NKT - nasycone kwasy tłuszczowe  Bł - błonnik  sól - sól  cukry - cukry</p> <p><b>Wykaz składników alergennych w 1 porcji w dn. Czwartek II</b></p> <p>Mleko (łącznie z laktozą) – kasza manna na mleku, mix tl, masło 82%, kawa z mlekiem, serdelek, kiełbasa suwalska, twaróg ziolowy, kefir, herbatniki, serek homogenizowany  Zboża zawierające gluten- kasza manna na mleku, pieczywo, wątróbka duszona, kawa zbożowa z mlekiem, kiełbasa suwalska, serdelek, szynkowa, blok mielony, herbatniki, filet z kurczaka w sosie rosół z makaronem, szynkowa, szynka z piersi kurczaka, biszkopty</p> <p>Sól - rosół, serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka  Wątróbka - waffle ryżowe, serdelek, kiełbasa suwalska, szynka z piersi kurczaka, szynkowa  Jajka - jajko gotowane 1 szt., biszkopty  Gorczyca- serdelek, szynkowa, szynka z piersi kurczaka</p>					