

PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 15.07.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Kasza jęczmienna na mleku 2%250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warozek ze szczyptnikiem 70g, kiełbasa karkowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona szalica mięsa wp. w sosie koperkowym 90g, sur. z marchewki 120g, mactewki 150g, gotowany brokol 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, serok topiony 2 szt., sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2338,8 kcal B 88,2 g T 86,4 g W 336,5 g NKt 32,1 g Bh 31,9 g sól 5,8 g cukry 94,7 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, warozek ze szczyptnikiem 70g, papryka 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopocka 30g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal B 97,5 g T 82,9 g W 341,9 g NKt 31,6 g Bh 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (62%) 10g, jajo 1 sztuka, kiełbasa karkowska 30g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mms owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokol gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 16g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopocka 30g, jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal B 60,6 g T 47,5 g W 181,5 g NKt 12,2 g Bh 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., karkowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mms owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mleksem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, polędwica sopocka 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 80g, dżem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2171,8 kcal B 94,5 g T 76,4 g W 301,9 g NKt 27,7 g Bh 30,6 g sól 5,3 g cukry 97,9 g
cukrzykowa	kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, ogórek 70g, liść salny (cukrz. 0,5 jajo 1 szt.)	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopocka 50g, warozek ziolowy, (cukrzyz. bez soli - jajo got. 1 szt., twaróg ziolowy, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, papryka 50g	en 2400 kcal B 97,5 g T 64,2 g W 342,4 g NKt 30,2 g Bh 30,9 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, mms owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab mielony w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopocka 50g miodna 50g, twaróg ziolowy 50g, dżem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2125,5 kcal B 105,4 g T 69,8 g W 289,5 g NKt 25,1 g Bh 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mms owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, warle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, ser biały polny 70g, gotowany karczak 1 szt., pomidor 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKt 32,5 g Bh 31,9 g sól 5,9 g cukry 96,9 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa sardynska 50g, paszet wp. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, liść salny	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokol gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mleksem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polędwica sopocka 50g, twaróg ziolowy 50g, sur. z ogórka i salny lodowej w sosie ziolowym 70g, dżem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NKt 32,5 g Bh 31,9 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKt - masyjne kwasy tłuszczowe

bł - błonnik

sól - sól

cdkry - cukry

Wykaz składników alergicznych w jadłospisie w dn. Poniedziałek II

Mleko (i jego przetwory) – kasza jęczmienna na mleku, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serrek topiony, twarożek ziołowy, jogurt owocowy, sos ziołowy - ogrodowy, pasztecik w p. Zboża zawierające gluten - kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna pieczak, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska pasztecik w p., konserwa suwalska, blok mielony, sznka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie

koperkowym, kawa zbożowa, sos ziołowy- ogrodowy, suwalska

Seler- barszcz czarny, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, pasztecik w p., kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziołowy, suwalska,

Soja i produkty pochodne – waflę ryżowe, kiełbasa krakowska, konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, „sos ogrodowy - ziołowy, suwalska

Gończyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztecik w p.

Jaja- jajo got.