

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 27.07.2024

Kodziej diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., młk. tł. 15g, serbiałka 50g, ser Hochland 2 pl., jabłko 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 z oliwą 150g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszczenna 1szt., młk. tł. 15g, jajko 1 szt., krakowska 50 g, cementbet 50g, 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	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., młk. tł. 10g, serbiałek 1szt., paszeta 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwa 60g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., młk. tł. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, arbuz 100g	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 15,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci do lat 3	Platki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, polejdwica drożdżowa 30g, paszeta 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 16g, miod 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwa 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Hochland z cukrem 200ml, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) 10g, krakowska 50g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.	en 2430,1 kcal, B 92,1 g T 84,1 g W 332,2 g NKT 29,5 g bł 33 g sól 5,4 g cukry 109 g
dzieci starsze	Platki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) 5g, ser Hochland 2 pl., polejdwica drożdżowa 50g, paszeta 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 30g, miod 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa z oliwa 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel błc 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekiem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszczenna 1szt., masło (82%) tł. 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 5,3 g cukry 50,4 g
całkowitowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, młk. tł. 10g, serbiałek 1 szt., paszeta 50g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukrz. b/s, 190 got. 1 szt., sdtab gotowany 50g)	chrupki kukurydziane 16g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 120g, kisiel 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło młk. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z olejem 70g, liśc. sałaty	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g
wielobowa	Platki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., serbiałek mielony 1szt., paszeta 50g, jabłko 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. z mlekiem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszczenna 1szt., krakowska 50g, ser biały 50g, sur. biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6kcal, B 89,9 g T 67,3 g W 300 g NKT 26,1 g bł 26,1 g sól 5,2 g cukry 78,1 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl10g, jajko got. 1 szt., serek gotowany 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 1kg	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, galuska mięsna Indyca 60g, buraczki z jabłkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafile ryżowe 4 szt., mix tl 10g, filia kurczak gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z ogórkem 70g, arbuz 100g	en 2108,6kcal, B 88,2 g T 76 g W 306,2 g NKT 23,2 g Bł 26,2 g sól 4,9 g cukry 86,4 g
przy niedokwistościach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, mix tl 15g, bułka pszenna 1szt., sernikowa 70g, ser Hochland 2 pl, jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl 10g, ser biały 50g, liść salaty	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, krakowka 50g, ser biały 70g, marchew z ogórkem 70g, arbuz 100g	en 2474,1 kcal, B 90,9 g T 77,4 g W 318,6 g NKT 27,1 g Bł 28,1 g sól 5,6 g cukry 100,6 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B – białko ogółem

T – tłuszcz

W – węglowodany ogółem

NKT – nasycone kwasy tłuszczowe

Bł – błonnik

sól – sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergicznych w dniu Sobota 1

Mleko (łącznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, mix tl, masło 82%, kawa zbożowa z mlekiem, 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 mlekiem, wędliny, serdielek, krakowka, kawa zbożowa, konserwa sardynki, pasta warzywna

Seler- rosół z makaronem, szynkowa,serdielek, krakowka, pasztecik, pasta warzywna
Soja i produkty pochodne –wafile ryżowe, szynkowa, serdielek, krakowka, pasztecik wp.

Gorzczyca- serdielek, krakowka, szynkowa, pasztecik wp.

Jajko i prod. pochodne— jajko