

# PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 29.07.2024

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 1szt., mix tl. 15g, twaróg ze szcyporkiem 70g, kiełbasa krakowska 50g, kiszony ogórek 70g, papryka 50g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, duszona sardka mrena w sosie koperkowym 50g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg żółtawy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal, B 97,5 g T 82 g W 241,9 g W 181,5 g NK1 31,6 g B1 30,8 g sól 5,8 g cukry 96,1 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, konserwa sarduska 50g, pasztecik 1 szt., ogórek 70g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony ze smietaną 200ml, kasza pęczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg żółtawy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 1156,5 kcal, B 80,8 g T 47,5 g W 241,9 g W 181,5 g NK1 12,2 g B1 14,6 g sól 2,8 g cukry 51,9 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1szt., masło (82%/10g), jajo 1 sztuka, kiełbasa krakowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 150 ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2%, cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal, B 80,8 g T 87,5 g W 251,5 g NK1 28,2 g B1 30,6 g sól 4,8 g cukry 97,9 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., krakerska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyn 250ml, gruszka 1 szt.	Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb trzony 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg żółtawy, (cukier bez soli - lodowej w sosie ziołowym 70g, papryka 50g	en 2171,8 kcal, B 94,5 g T 76,4 g W 201,9 g NK1 27,7 g B1 35,2 g sól 5,3 g cukry 56,1 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sarduska 50g, pasztecik w p. 50g, ogórek 70g, Hié salny (cukrz. b/3 jajo 1 szt.).	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Chrupki kukurydziane 30g	Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., polędwica sopočka 50g, mleczko 50g, twaróg żółtawy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401 kcal, B 97,5 g T 82 g W 242,4 g NK1 30,2 g B1 30 g sól 5,8 g cukry 98,1 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1szt., chleb zw. 60g, konserwa sarduska 50g, pasztecik w p. 50g, mix owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez smietany 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2%, 200ml, chleb zw. 60g, sur. białej pitlary 70g, gotowany kurczak 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal, B 105,4 g T 68,8 g W 289,5 g NK1 25,1 g B1 25,2 g sól 5,1 g cukry 109,4 g
bezglutenowa	Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., sard. w p. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pęczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wałeczek 4szt., mix tl. 10g, sur. białej pitlary 70g, gotowany kurczak 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NK1 32,6 g B1 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, konserwa sarduska 50g, pasztecik w p. 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g, sur. 200g, 90g, Hié salny	Barszcz czerwony ze smietaną 300ml, kasza pęczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, twaróg żółtawy 50g, sur. z ogórka i sałaty lodowej w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal, B 98,5 g T 83,5 g W 342,4 g NK1 32,6 g B1 31 g sól 5,9 g cukry 96,9 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

I - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bl - błonnik

sol - sól

cukry - cukry

**Wykaz składników alergicznych: w jadłospisie w dn. Poniedziałek II**

Mleko (raznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, masło msk, masło 82%, kawa zboż. z młkiem, ser biały, ser żółty, barszcz ze śmietaną, budyn, serceki topiony, twarożek ziołowy, jogurt owocowy, sos ziołowy - ogrodowy, pasztet wp, Zupa zawiesinowa - gluten - kasza jęczmienna na mleku, kasza jęczmienna bezglutenowa, pieczywo, kawa zbożowa wędliny, kiełbasa krakowska, pasztet wp, konserwa suwalska, blok mielony, szklaka mięsa w sosie chrzanowym, schab w sosie

koperkowym, kawa zbożowa, sos ziołowy - ogrodowy, suwalska

Saler- barszcz czerwony, wędliny: konserwa suwalska, blok mielony, pasztet wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziołowy, suwalska,

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

Gorczyca- konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, pasztet wp,

Jajka- jajko got.