

CZWARTEK 1 SZPITAL SEJNY 08.08.2024 r.

Dieta	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, kiełbasa parówkowa 100g, camembert 30g, arbuz 100g, liść sałaty		Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, jajko gotowane 1 szt., polędwica drobiowa 50g, pasta buraczano-twarogowa 70g, pomidor 70g	en 2833,9 kcal, B 98,9 g T 116,6 g W 370,9 g NKt 37,8 g Bt 22,3 g śdł 4,8 g cukry 100,4 g
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl 10g, blok mielony 50g, serka wjejski 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty		Zupa chlopska 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zbożowa z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., mix tl.10g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2757,2 kcal, B 85,3 g T 98,9 g W 366,7 g NKt 31,2 g Bt 28,1 g śdł 4,8 g cukry 100,4 g
dzieci do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%)10g, polędwica sopočka 30g, serek wjejski 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa chlopska 200ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%)10g, sernik z piersi kurczaka 30g, polędwica drobiowa 30g, pomidor 70g, liść sałaty	en 1099,9 kcal, B 63,9 g T 39,1 g W 199,9 g NKt 12,4 g Bt 12,9 g śdł 3,7 g cukry 89,7 g
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 300 ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., masło (82%)15g, polędwica sopočka 50g, serek wjejski 1 szt., arbuz 100g, liść sałaty	Ciasto drożdżowe 50g, jablko 1 szt.	Zupa fasolowa 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową pierzynką 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml	Serek homogenizowany 1 szt.	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw.90g, bułka pszenna 1szt., mix tl 15g, sernik z piersi kurczaka 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2983,9 kcal, B 87,4 g T 106,3 g W 369,6 g NKt 36,2 g Bt 33,5 g śdł 15 g cukry 115,2 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa b/c 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., cukrzykowa b/sól - sędch gotowany 50g, ogórek kiszony 70g, liść sałaty	Chleb razowy 30g, krakerska 20g	Zupa koperkowa bez śmietany 300ml, ziemniaki 200g, sędch gotowany w sosie broklowym 60g, surowka z kiszanej kapusty 120g, fasolka na parze 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Wafile ryżowe 2 szt.	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl 10g, przysmak suwalski 50g, kefir 1 szt., cukrzykowa b/sól - jajo gotowane 1 szt., kefir 1 szt., pomidor 70g, liść sałaty	en 2554,2 kcal, B 83,3 g T 88 g W 330 g NKt 27,3 g Bt 25,5 g śdł 4,8 g cukry 55,4 g
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., blok mielony 50g, jogurt naturalny 1 szt., pomarańcza 100g, liść sałaty		Chlopska bez śmietany 300ml, makaron z sosem truskawkowo-twarogowym 160g, jablko gotowane 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, chleb zw.60g, bułka pszenna 1szt., przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa mielony 50g, pomidor 70g, liść sałaty	en 2213,5 kcal, B 92,1 g T 72,9 g W 358 g NKt 20,5 g Bt 20,9 g śdł 3,9 g cukry 99,3 g

bezglutenowa	Ryz na mleku 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl.10g, schab gotowany 50g, jogurt naturalny, 1 szt., arbuż 100g, liść salaty	Sok owocowy 150 ml	Zupa ziemniaczana 300ml, ziemniaki 200g, schab gotowany 60g, surowka z kiszonej kapusty 120g, kompot owocowy 200ml	Kisiel owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl.10g, jajko gotowane, kefir 1 szt., pomidor 70g, liść salaty	en 2499,2 kcal, B 83,7 g T 85,6 g W 356,3 g NKT 27,8 g bf 29,8 g sól 4,1 g cukry 96,3 g
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zwykły 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, blok mielony 50g, serek wiejski 1 szt., arbuż 100g, liść salaty	chleb razowy 80g, mix tl.10g, szytkowa 50g, pomidor 50g	Chlopska 300ml, pieczona zapiekanka ryżowa z jabłkami i bezową piekarnika 250g, gruszka 1 szt., kompot owocowy 200ml		Kawa z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1szt., mix tl.15g, przysmak suwalski 50g, polędwica drobiowa 50g, pomidor 70g, liść salaty	en 2868,2 kcal, B 88,3 g T 99,9 g W 387 g NKT 31,6 g bf 29,4 g sól 4,9 g cukry 109,4 g

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

- en - wartość energetyczna
- B – białko ogółem
- T – tłuszcz
- W – węglowodany ogółem
- NKT – nasycone kwasy tłuszczowe
- bf – błonnik
- sól – sól
- cukry - cukry

Wskaz składowe alergennych: wjadospisje. Czwartek 1.

Mleko (łącznie z laktozą) – kasza jęczmienna na mleku, mix tl., masło 82% kawa z mlekiem, zapiekanka ryżowa, makaron z sosem truskawkowo-serowym, ciasto drożdżowe, pasta buraczano-twarogowa, jogurt naturalny, kefir, serek wiejski, camembert, polędwica drobiowa

Zboża zawierające gluten- kasza jęczmienna na mleku, pieczywo, ciasto drożdżowe, kawa zbożowa z mlekiem, kielbasa parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa w sosie brokurowym, makaron z sosem truskawkowo-serowym

Seler- zupa fasolowa, chlopska, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Gończyca- zupa fasolowa, wędliny: parówkowa, blok mielony, przysmak suwalski, polędwica drobiowa

Jajło – jajło gotowane

Soja- przysmak suwalski, kielbasa parówkowa, blok mielony, polędwica drobiowa, deser sojowy

Sezam- hummus