

PIĄTEK 1 SZPITAL SEJNY 09.08.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser topiony 50g, ser żółty 50g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., papryka 70g		Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat Hochland 1 szt., sałatka z tureczkiem 100g, liść sałaty	en 2641,1 kcal, B 86,3 g T 93,5 g W 37,1 g NK1 34 g B1 32,7 g sól 5,5 g cukry 87,8 g
lekkostrawna	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tł. 10g, twarożek żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tureczkiem 100g, liść sałaty	en 2416,6 kcal, B 119,1 g T 86,2 g W 57,2 g NK1 27,5 g B1 30,1 g sól 4,8 g cukry 86,1 g
dzieci do lat 3	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., pasta jęczmna 30g, ser biały 30g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Kalafiorowa 200ml, kasza jęczmienna 100g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopki 15g, gruszka 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, masło (82%) 10g, bułka pszenna 1 szt., ser biały półtłusty 30g, ser trójkat Hochland 1 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 1270,5 kcal, B 81,3 g T 51,3 g W 183,5 g NK1 17,1 g B1 30,1 g sól 2,9 g cukry 50,5 g
dzieci starsze	Ryz na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 82% tł. 15g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko 1 szt., mix sałat 5 g	Galaretka owocowa 200g, gruszka 1 szt.	Zupa szczawiowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, smażony dorsz w jajku 90g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 150g, groszek zielony na parze 150g, kompot owocowy 200ml	Biszkopki 30g	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło 15g, ser biały półtłusty 70g, ser trójkat Hochland 2 szt., dzem 1 szt., liść sałaty	en 2732,4 kcal, B 120,7 g T 87,6 g W 379,4 g NK1 30,3 g B1 39 g sól 4,8 g cukry 94,3 g
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, jajo gotowane 1 szt., ser biały 70g, papryka 70g, mix sałat 5 g	Keifir 1 szt.	Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur. z marchewki 120g, sur. z kiszanej kapusty z jabłkiem 120g, kompot owocowy b/c 200ml	Sok pomidorowy 150 ml cukrz bez soli -	Kawa zboż z cukrem 200ml, chleb razowy 100g, mix tł. 10g, twarożek żółtawy 70g, sałatka z tureczkiem 100g, liść sałaty (cukrzykowa b/ soli hurczak gotowany 50g)	en 2306,7 kcal, B 119,3 g T 86,3 g W 357,3 g NK1 27,5 g B1 29,8 g sól 4,9 g cukry 52,4 g
wątrobowa	Ryz na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., białka z 2 jai, ser biały 70g, miód 1 szt., jabłko gotowane 1 szt., mix sałat 5 g		Kalafiorowa bez śmietany 300ml, kasza jęczmienna 160g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, groszek na parze 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlekiem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, twarożek żółtawy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tureczkiem 100g, liść sałaty	en 2327,7 kcal, B 119 g T 77,2 g W 357,2 g NK1 26,5 g B1 30,2 g sól 4,9 g cukry 86,2 g

<p>bezglutenowa</p>	<p>Ryz na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajko gotowane 1 szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g</p>	<p>Sok owocowy 150 ml</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, ziemniki 200g, dorsz na parze 60g, sur z marchewki 120g, kalafior na parze 120g, kompot owocowy 200ml</p>	<p>Wafle ryżowe 2szt</p>	<p>Herbata 200ml, wafle ryżowe 4szt., mix tl. 10g, masło orzechowe 50g, schab gotowany 50g, jesc sałaty, dzem 1 szt.</p>	<p>en 2210,4 kcal, B 116,2 g T 85,1 g W 352,1 g NKT 27,5 g Bj 29,6 g sól 4,5 g cukry 88,8 g</p>
<p>przy niedokrwistościach</p>	<p>Ryz na mleku 250ml, kawa zbozowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt, mix tl. 15g, jajko gotowane 1szt., ser biały 70g, miód 1 szt., jablko 1 szt., mix sałat 5 g</p>	<p>chleb rzozowy 80g, mix tl 10g, jablko got 1szt., papryka 50g</p>	<p>Kalafiorowa 300ml, kasza jęczmienna 200g, dorsz na parze 60g w sosie pietruszkowym, sur z marchewki 150g, kalafior na parze 150g, kompot owocowy 200ml</p>		<p>Kawa zboz 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twarzątek ziolowy 70g, dzem 1 szt., sałatka z tunczykiem 100g, jesc sałaty</p>	<p>en 2586,6 kcal, B 121,1 g T 87,1 g W 359 g NKT 27,6 g Bj 32,1 g sól 4,9 g cukry 89,1 g</p>

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

Bj - białnik

sól - sól

cukry - cukry

Wykaz składników alergennych: w jadospisie w dn. piątek 1

Mleko (łącznie z laktozą) - ryż na mleku, zupa obiadowa; kalafiorowa, szczawiowa, mix tl., masło 82%, kawa z mlekiem, ser topiony, ser biały, ser Hochland, twarzątek ziolowy, ser żółty

Zboża zawierające gluten- szczawiowa, kalafiorowa, pieczywo, kasza jęczmienna, dorsz smażony, dorsz na parze w sosie, biskopki, kawa zbozowa z mlekiem, szynkowa

Saler- zupa kalafiorowa, szczawiowa, szynkowa

Soja i produkty pochodne - wafle ryżowe, deser solowy

Jajko - jajko got., biskopki, pasta jajeczna, dorsz w jajku

Ryby- dorsz w jajku, dorsz na parze, sałatka z tunczykiem