

SOBOTA 1 SZPITAL SEJNY 10.08.2024

Rodzaj diety	Śniadanie	II śniadanie	Obiad	Podwieczorek	Kolacja	Dzienna wartość odżywcza i kaloryczna posiłku
ogólna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 15g, szarlotka 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 mlekem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 30g, chleb razowy 30g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 15g, jajko 1 szt., krakowska 50 g, ciemnobrun 30g, sur. z marchewki 70g, arbuż 100g	en 2177,3 kcal, B 92,2 g T 84,7 g W 290,6 g NKT 29,7 g bł 28,1 g sól 5,5 g cukry 105,6 g
lekkostrawna	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, seradek 1 szt., paszeta 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g		Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka 60g, buraczki z jabłkiem 60 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml		Kawa zboż. z mlekem 2%, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., miks tl. 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, arbuż 100g	en 2278,6 kcal, B 89,9 g T 77,3 g W 307,5 g NKT 27 g bł 28,2 g sól 5,3 g cukry 90,4 g
dzieci do lat 3	Płatki owsiane na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200 ml, chleb razowy 30g, masło (82%) 10g, poledwica drobowa 30g, paszeta 30g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 10g, miod 100g	Rosół z makaronem 200ml, ziemniaki 100, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Herbatka z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 10g, krakowska 30g, ser biały 30g, mus owocowy 1 szt.	en 1159,6 kcal, B 66,5 g T 51,1 g W 199,8 g NKT 13,5 g bł 12,2 g sól 3,6 g cukry 89,5 g
dzieci starsze	Płatki owsiane na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, ser Hochland 2 pl., poledwica drobowa 50g, paszeta 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	Chrupki kukurydziane 50g, miod 100g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 250g, pieczone udo z kurczaka z ziołami 120g, buraczki z jabłkiem 150 g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 150g, kisiel 200ml	Jogurt owocowy 1 szt.	Kawa zboż. z mlekem 2%, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., masło (82%) 15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, 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
cukrzycowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, miks tl. 10g, seradek 1 szt., paszeta 30g, ogórek 70g, pomidor 70g (cukr. b/s, jajo got. 1 szt., selski gotowany 30g)	chrupki kukurydziane 10g	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, gotowana fasolka szparagowa z oliwą 120g, ogórek kiszony 120g, kisiel błc 200ml	Kefir 150ml	Kawa zboż. bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, masło miks 10g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 70g, liść sałaty	en 2158,6 kcal, 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
wątrobowa	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., seradek mielony 1 szt., 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 mlekem 2% 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., krakowska mielona 50g, ser biały 70g, mus owocowy 1 szt.	en 2171,6 kcal, 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, miks 1l10g, jajko got., 1 szt., serek gotowany, 50g, jablko 1 szt., ogórek	Chrupki kukurydziane 1kg	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, garść mięsna indycka 60g, buraczki z jajkiem 120g, kisiel 200ml	Sok owocowy 1,50 ml	Herbata 200ml, waflle ryżowe 4 szt., miks 1l10g, fillet kurczak, gotowany 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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 niedobkwiatostwach	Płatki owsiane na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zwykły 90g, miks 1l15g, bułka pszenna 1szt., szynkowa 70g, ser Hochland 2 pl., jablko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, miks 1l10g, ser biały 50g, kisiel salky	Rosół z makaronem 300ml, ziemniaki 200g, gotowane udo z kurczaka 60g, buraczki z jajkiem 120 g, gotowana marchewka 120g, kisiel 200ml	Kawa zboż z mlekiem 2% i cukrem 200ml, chleb zw 90g, bułka pszenna 1szt., miks 1l15g, krakowska 50g, ser biały 70g, marchew z oliwą 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 jadłospisie w dn. Sobota 1**
- Mleko (raznie z laktozą) – płatki owsiane na mleku, miks ti., 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, serdelek, krakowska, kawa zbożowa, konserwa szałwiska, pasta warzywna
- Seler- rosół z makaronem, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik, pasta warzywna
- Soja i produkty pochodne – waflle ryżowe, szynkowa, serdelek, krakowska, pasztecik wp.
- Gorzycza- serdelek, krakowska, szynkowa, pasztecik wp.
- Jajko i prod. pochodne – jajko