

# PONIEDZIAŁEK 2 SZPITAL SEJNY 12.08.2024

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 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptką 70g, kiełbasa katowska 30g, kisielny ogórek 70g, papryka 30g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, duszona salska mąka w sosie koperkowym 50g, sur. z marchewki 150g, gotowany brokuł 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i salsy, lodowcy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2338,8 kcal B 882,9 T 86,4 W 536,5 NKT 32,1 Bt 31,9 sól 5,8 cukry 94,7
lekkostrawna	Kasza jęczmienna na mleku 2%/250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, twaróg ze szczyptką 70g, papryka 30g, jabłko 1 szt.		Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i salsy, lodowcy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2401,8 kcal B 971,9 T 82,9 W 541,9 NKT 31,6 Bt 30,8 sól 5,8 cukry 96,1
drzwi do lat 3	Kasza jęczmienna na mleku 2% 200ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 10g, konserwa sardynki 50g, kisielny ogórek 70g, papryka 30g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 150 ml, gniatska 1 szt.	Barszcz czerwony ze śmietaną 200ml, kasza pszczak 100g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 60g, brokuł gotowany 60g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 10g, sok owocowy 1 szt.	Herbata z cukrem 200ml, bułka pszenna 30g, masło (82%) 10g, polędwica sopočka 30g, kisielny ogórek 70g, papryka 30g, jabłko 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 1156,5 kcal B 606,9 T 87,5 W 475,9 NKT 12,2 Bt 14,6 sól 2,8 cukry 51,9
dzieci starsze	Kasza jęczmienna na mleku 2% 300ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, jajo got. 1 szt., kiełbasa katowska 50g, ogórek 70g, jabłko 1 szt., mus owocowy 1 szt.	Budyń 250ml, gniatska 1 szt.	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Chrupki kukurydziane 30g, sok owocowy 1 szt.	Kawa zboż z mlektem 2% i cukrem 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15, polędwica sopočka 50g, sur. z ogórka i salsy, lodowcy w sosie ziołowym 80g, dzem 1 szt., jogurt owocowy 1 szt.	en 2256,5 kcal B 806,9 T 87,5 W 551,5 NKT 28,2 Bt 30,6 sól 4,8 cukry 97,9
cukrzykowa	Kawa zbożowa bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, konserwa sardynki 50g, pasztecik 50g, ogórek 70g, kisielny ogórek 70g, papryka 30g, jabłko 1 szt.	Kalafior gotowany 100g	Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy bez cukru 200ml	Sok wielowarstwowy 150 ml	Kawa zboż bez cukru 200ml, chleb razowy 100g, mix tl. 10g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy (całkowicie bez soli - jajo got. 1 szt., twaróg ziołowy), sur. z ogórka i salsy, lodowcy w sosie ziołowym 70g, papryka 30g	en 2177,8 kcal B 945,9 T 76,4 W 301,9 NKT 27,7 Bt 32,9 sól 5,3 cukry 56,1
wątrobowa	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa 200ml, bułka pszenna 1 szt., chleb zw. 60g, konserwa sardynki 50g, pasztecik 50g, mus owocowy 1 szt., jabłko gotowane 1 szt.		Barszcz czerwony bez śmietany 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab miodowy w sosie koperkowym 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, bułka pszenna 1 szt., polędwica sopočka 50g, melona 50g, twaróg ziołowy 50g, dzem 1 szt., miód 1 szt., pomidor 70g	en 2400 kcal B 975,9 T 64,2 W 342,4 NKT 30,2 Bt 30,9 sól 5,8 cukry 98,1
bezglutenowa	Ryż na mleku 2% 250ml, herbata 200ml, chleb bezglutenowy 90g, mix tl. 10g, jajo gotowane 1 szt., schab 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g, mus owocowy 1 szt.	Sok owocowy 150 ml	Barszcz czerwony 300ml, kasza pszczak 160g, gotowany schab 60g, marchewka gotowana 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml	Sok owocowy 150 ml	Herbata 200ml, wale ryżowe 4 szt., mix tl. 10g, ser biały półtłusty 70g, gotowany karczerek 1 szt., pomidor 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2125,5 kcal B 1054,9 T 68,8 W 289,5 NKT 28,1 Bt 25,2 sól 5,1 cukry 109,4
przy niedokrwistościach	Kasza jęczmienna na mleku 2% 250ml, kawa zbożowa z cukrem 200ml, chleb zw. 60g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, konserwa sardynki 50g, pasztecik 50g, jabłko 1 szt., ogórek 70g	chleb razowy 80g, mix tl. 10g ser żółty 50g, kisielny ogórek 70g	Barszcz czerwony ze śmietaną 300ml, kasza pszczak 200g, gotowany schab w sosie koperkowym 60g, sur. z marchewki 120g, brokuł gotowany 120g, kompot owocowy 200ml		Kawa zboż z mlektem 2% 200ml, chleb zw. 90g, bułka pszenna 1 szt., mix tl. 15g, polędwica sopočka 50g, twaróg ziołowy 50g, sur. z ogórka i salsy, lodowcy w sosie ziołowym 70g, dzem 1 szt., miód 1 szt.	en 2211,8 kcal B 988,9 T 83,5 W 342,4 NKT 32,6 Bt 31,9 sól 5,9 cukry 96,9

Oznaczenia wskaźników odżywczych:

en - wartość energetyczna

B - białko ogółem

T - tłuszcz

W - węglowodany ogółem

NKT - nasycone kwasy tłuszczowe

bj - błonnik

sól - sól

cdkry - cukry

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

Mleko (łącznie z laktozą) - kasza, jęczmienna na mleku, masło mix, masło 82%, kawa zboż z mlekem, ser biały, ser żółty, barszcz ze smietana, burdyń, serok topiony, twarogzek ziolowy, jogurt owocowy, sos ziolowy - ogrodowy, paszeta wp.

Zboża zawierające gluten - kasza, jęczmienna na mleku, kasza, jęczmienna pęczak, pieczywo, kawa zbozowa, wędliny, kiełbasa krakowskaspaszeta wp., konserwa suwalska, blok mielony, szklka mięsa w sosie chrzanowym, scharb w sosie

Seler - barszcz czerwony, wędliny, konserwa suwalska, blok mielony, paszeta wp, kiełbasa krakowska, sos ogrodowy - ziolowy, suwalska,

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

Gończyca - konserwa suwalska, polędwica sopocka, blok mielony, sos ogrodowy, krakowska, paszeta wp.

Jaję - jaję got.